

**PENINGKATAN HARGA DIRI SISWA LAMBAN BELAJAR MELALUI
TERAPI PSIKODRAMA**

TESIS

**Untuk memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Psikologi Profesi Jenjang Magister (S-2)**



Disusun Oleh:

A PUTERA PRATAMA MANGEWA

Nim. 201510500211020

**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2018

**PENINGKATAN HARGA DIRI SISWA LAMBAN
BELAJAR MELALUI TERAPI PSIKODRAMA**

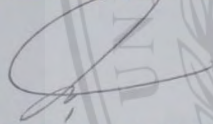
Diajukan oleh :

A PUTERA PRATAMA MANGEWA
201510500211020

Telah disetujui

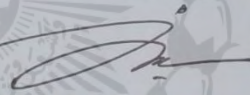
Pada hari/tanggal, **Senin/30 Juli 2018**

Pembimbing Utama



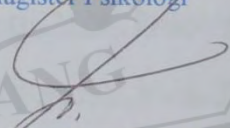
Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog

Pembimbing Pendamping



Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog

Ketua Program Studi
Magister Psikologi



Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog



Akhsanul H. Gam, Ph.D

TESIS

A PUTERA PRATAMA MANGEWA
201510500211020

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Senin/30 Juli 2018
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua / Penguji : Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog

Sekretaris / Penguji : Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog

Penguji : Dr. Tulus Winarsunu, M.Si

Penguji : M. Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi., PhD

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **A PUTERA PRATAMA MANGEWA**

NIM : **201510500211020**

Program Studi : **Magister Psikologi Profesi**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **PENINGKATAN HARGA DIRI SISWA LAMBAN BELAJAR MELALUI TERAPI PSIKODRAMA** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Juli 2018

Yang menyatakan,



A PUTERA PRATAMA MANGEWA

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, kasih sayang, karunia dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tesis dengan judul “PENINGKATAN HARGA DIRI SISWA LAMBAN BELAJAR MELALUI TERAPI PSIKODRAMA”, dapat terselesaikan sebagaimana adanya sekarang. Begitu pula shalawat dan taslim atas Junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, Rasul pembawa dan penebar kebenaran yang mutlak di permukaan bumi ini. Dalam penelitian ini tidak sedikit hambatan atau tantangan yang penulis hadapi, namun atas berkat rahmat dari Yang Maha Kuasa serta dorongan dan bantuan yang tulus ikhlas dari berbagai pihak sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Peneliti hendak menyampaikan ucapan hormat dan terima kasih kepada pihak-pihak yang dalam pelaksanaan penelitian ini telah memberikan bantuan, bimbingan, pengarahan, saran, kritikan, dorongan dan semangat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs. Fauzan, M.Pd., selaku rektor Universitas Muhammadiyah Malang yang memimpin segala proses akademik Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Dr. Latipun, M.Kes., selaku Direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang yang memimpin segala proses akademik Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Pascasarjana Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang dan selaku dosen pembimbing atas segala bantuan dan kemudahan yang diberikan kepada penulis.
4. Ibu Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog., selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dalam membantu dan membimbing setiap proses penelitian ini.

5. SMAS Widya Gama Kota Malang beserta guru-guru yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan studi uji coba penelitian
6. SMA YP PGRI 3 Kota Makassar beserta guru-guru yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan studi penelitian
7. Dosen-dosen pengajar Program Studi Pascasarjana Profesi Psikologi.
8. Bapak DR. Ajiep Padindang, SE. MM & Ibu Hastinah dan seluruh keluarga atas segala doa dan restu yang diberikan kepada penulis
9. Teman-teman angkatan 2015 Program Studi Pascasarjana Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
10. Sahabat-sahabat Jeri Perdana (UMM), Acang (UMM) & Wirdan Tahir, S.Sos (Makassar), yang telah membantu memotivasi dan menjadi asisten dan co-terapis dalam penelitian
11. Semua pihak yang membantu proses ini yang tidak dapat disebutkan penulis satu persatu

Dengan segala kerendahan hati penulis mendoakan semoga segala bantuan kepada penulis dalam proses penelitian Tesis yang diberikan akan dibalas Allah SWT dengan hal yang lebih mulia, terima kasih.

Malang, 30 Juli 2018

A. PUTERA PRATAMA MANGEWA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GRAFIK.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
LATAR BELAKANG	1
Hubungan Psikodrama Dalam Meningkatkan Harga Diri Anak Lamban Belajar	5
HIPOTESIS.....	8
METODE PENELITIAN.....	8
Desain Penelitian.....	8
Subjek Penelitian.....	9
Instrumen Penelitian.....	9
Prosedur Penelitian.....	10
Analisis Data Statistik.....	12
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	12
Deskripsi Data.....	12
Hasil Analisis dan Uji Hipotesis	13
Hasil Uji Asumsi	15
Hasil Perbedaan Tingkat Harga diri kelompok.....	15
Hasil Uji Hipotesis	16
Pembahasan.....	17
KESIMPULAN	20
IMPLIKASI HASIL PENELITIAN	20
DAFTAR PUSTAKA	22
LAMPIRAN.....	28

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain Eksperimen	8
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	13
Tabel 3. Hasil <i>Paired Sample t test</i> perbedaan tingkat harga diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	15
Tabel 4. Hasil Analisis <i>Independent Sample t test</i> Uji Hipotesis Penelitian.....	16



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Perubahan skor pretest – posttest kelompok eksperimen	13
Grafik 2. Perubahan skor pretest – posttest kelompok eksperimen	14



DAFTAR LAMPIRAN

A. MODUL TERAPI PSIKODRAMA TERHADAP HARGA DIRI ANAK LAMBAN BELAJAR.....	28
B. INFORMEND CONCENT	79
C. SKALA HARGA DIRI ROSENBERG.....	80
D. DATA HASIL PENELITIAN	82
E. DATA HASIL DEMOGRAFI KELOMPOK.....	87
F. LAPORAN KEGIATAN PELAKSANAAN SMA YP PGRI 3 MAKASSAR.....	88
G. DOKUMENTASI KEGIATAN	105



PENINGKATAN HARGA DIRI SISWA LAMBAN BELAJAR MELALUI TERAPI PSIKODRAMA

A Putera Pratama Mangewa - 201510500211020

Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang

aputerapratama@gmail.com

Abstrak

Harga diri rendah merupakan permasalahan yang sering terjadi pada anak lamban belajar yang memiliki banyak efek negatif pada lingkungan sosial mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi psikodrama dalam meningkatkan harga diri pada anak. Subjek didalam penelitian ini adalah remaja yang didiagnosis *Slow Learner* (lamban belajar) yang bersekolah di tingkat menengah atas (SMA dan SMK) di Kota Makassar. Alat ukur yang digunakan untuk mengidentifikasi harga diri adalah *Self Esteem Scale Rosenberg*. Penelitian ini menggunakan rancangan kuasi eksperimen yaitu *eksperimen group / control group / pretest / posttest design*. Subjek terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol masing-masing 10 orang laki-laki dan perempuan. Terapi psikodrama dilakukan dalam 7 pertemuan dan 5 sesi perlakuan. Analisis data yang digunakan adalah analisis parametrik *paired sample t test* dan *independent sample t test*. Hasil penelitian menunjukkan terapi psikodrama dapat meningkatkan harga diri pada anak lamban belajar. Pada kelompok eksperimen variabel harga diri mengalami peningkatan dari pretest ke posttest nilai $t = -11,809$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti ada perubahan secara signifikan pada *pre-post test*. Pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan signifikan pada *pre-post test* dengan nilai $t = 0,000$ dan nilai $p = 1,000$.

Kata kunci : Harga Diri, Lamban Belajar, Terapi Psikodrama, Metode Penelitian Eksperimen.

INCREASED STUDENT SELF-ESTEEM IN SLOW LEARNER THROUGH PSYCHODRAMA THERAPY

A Putera Pratama Mangewa - 201510500211020

Magister Psychology Profession University of Muhammadiyah Malang

aputerapratama@gmail.com

Abstract

Low self-esteem is a common problem that often occurs in slow learner children which is have many negative effects on their social environment. This study aimed to determine psychodrama therapy in improving children's self-esteem. Subjects in this study were adolescents who were diagnosed as Slow Learner (slow learn) at high school level (SMA and SMK) in Makassar City. The measuring tool used to identify self-esteem was Self Esteem Scale Rosenberg. This study uses a quasi experimental design which was experiment group / control group / pretest / posttest design. Subjects consisted of two groups: the experimental and control groups of 10 men and women respectively. Psychodrama therapy is performed in 7 meetings and 5 treatment sessions. Data analysis used is parametric paired sample test analysis and independent sample test analysis. The results showed that psychodrama therapy can increase self-esteem in slow learner children. In the experimental group, self-esteem variables increased from pretest to post t test = -11,809 and $p = 0,000$ ($p < 0,05$), which means significant change in pre-post test. In the control group, pre-post test did not significantly change with t test = 0,000 and $p = 1,000$.

Keywords: Self-Esteem, Slow Learner, Psychodrama Therapy, Experimental Research Method.

LATAR BELAKANG

Rendahnya harga diri erat kaitannya berhubungan dengan anak-anak yang dianggap sebagai anak lamban belajar (Pandy, 2012). Harga diri diartikan sebagai penilaian terhadap individu mengenai dirinya tentang keberartian hidup yang kemudian diekspresikan kedalam sikap individu (Michel & Farrell 1973). Individu yang memiliki harga diri tinggi berarti memandang dirinya secara positif. Individu dengan harga diri tinggi sadar akan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan memandang kelebihan-kelebihan tersebut lebih penting daripada kelemahannya. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah cenderung memandang dirinya secara negatif dan terfokus pada kelemahan dirinya (Byron & Byrne, 1994).

Didalam meningkatkan harga diri membutuhkan pengalaman sukses, pemberian dukungan sosial yang dapat membantu meningkatkan harga diri pada anak (Michel & Farrell 1973; Guindon, 2010). Shin (2011) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa harga diri yang tinggi memungkinkan anak untuk menghasilkan penilaian positif tentang diri mereka sendiri dan merupakan faktor penting yang mengarah kepada kepercayaan diri, kekuatan, pengakuan, kemampuan, kemahiran. Dengan harga diri yang tinggi anak akan jauh lebih mudah mengembangkan potensi kapasitas, baik dalam citra diri positif maupun potensi akademik mereka (Culp, 2016; Datta, 2014; Gaston & Cappelo, 1996).

Terbentuknya atau tidaknya harga diri yang baik, berperan dalam keberhasilan dan kegagalan yang dialami seseorang. Lui, Kaplan, & Risser (Rice, 1996) mengatakan bahwa terdapat hubungan timbal balik antara pencapaian akademik dengan harga diri. Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung memiliki pencapaian akademik yang lebih tinggi, dan mereka yang memiliki harga diri rendah memiliki pencapaian akademik yang rendah.

Salah satu masalah didalam kinerja akademis dan kehidupan sosial pada anak disebabkan oleh harga diri yang rendah (Peleg, 2009; Humphrey, 2004). Dalam penelitian Fanti & Herrich (2014) menjelaskan harga diri yang rendah akan memunculkan masalah-masalah psikologis yaitu tidak memiliki kepercayaan diri dalam berprestasi, serta rentan terhadap perilaku *bullying*. Penelitian Aditomo &

Retnowati (2014) menunjukkan pula bahwa harga diri yang rendah akan memiliki faktor kecenderungan untuk mengalami depresi.

Anak lamban belajar kerap kali dianggap sebagai anak yang nakal atau anak yang malas (Lammers, 1967; Mahan, 1965; Bateman, 1991). Penelitian menurut Aziz et al. (2015) mengidentifikasi anak lamban belajar merupakan anak yang memiliki keterbatasan dalam potensi intelektual dibawah rata-rata normal, berkisar dalam pengkategorian intelegensi 80 – 90 dikatakan *Low Avarage*. Sumantri & Badriyah (2005) menjelaskan bahwa anak lamban belajar mengalami hambatan dalam hal berpikir, merespon rangsangan, hambatan adaptasi sosial dan membutuhkan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan tugas akademik maupun non akademik.

Dalam penelitian Scull & Bianco (2008) mengemukakan bahwa kebanyakan guru memperlakukan anak lamban belajar sama seperti murid pada umumnya. Karena menurut Jing (2011) ketika sekolah tidak dapat mengidentifikasi dan memenuhi kebutuhan anak yang mengalami hambatan belajar maka sekolah tersebut akan menganggap anak lamban belajar sebagai anak yang nakal dan anak yang malas. Dengan hal tersebut mereka lebih rentan terhadap risiko yang lebih besar ditindas dan diejek oleh teman sekelas mereka (Pandy, 2012; Lammers, 1967).

Penelitian Singer (2005) menemukan bahwa anak lamban belajar telah menampilkan berbagai masalah psikososial di lingkungan pendidikannya yaitu kurangnya motivasi untuk sekolah, putus dari sekolah, kecemasan, harga diri yang rendah, depresi, kesepian, takut gagal, dan keterampilan sosial yang buruk. Anak lamban belajar membutuhkan perhatian dan penanganan yang khusus dan metode yang tepat untuk dapat menunjang pembelajaran di sekolahnya (Hanna, 2008; Abdollah et al., 2010). Rosmin et al. (2013) telah menerapkan disekolahnya dengan memanfaatkan permainan edukasi, menggambar, menari, pantomin dan kreativitas dalam mengajar hingga dapat menunjang pembelajaran anak lamban belajar.

Pentingnya penanganan yang tepat pada anak lamban belajar karena motivasi yang rendah dan keterbatasan sosial akibat ketidakmampuan belajar menyebabkan resiko mengalami penghinaan oleh rekan-rekan mereka (Pandy, 2012). Stockdale & Brockett (2011) dalam penelitiannya memperlihatkan erat kaitannya harga diri yang

rendah dengan kepercayaan diri yang rendah yang mempunyai hubungan antara harga diri dan persepsi diri yang diarahkan oleh anak itu sendiri.

Salah satu faktor dalam pembentukan harga diri adalah jenis kelamin. Berdasarkan kelompok jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan yaitu terdapat perbedaan didalam tingkatan harga diri. Banyak anak muda, mulai dari yang berbakat atau yang mengalami lambat belajar terutama anak laki-laki lebih beresiko keluar dari sekolah, terasing dalam lingkungan sekolahnya disebabkan karena mengalami harga diri yang rendah (Hanna, 2008).

Barnett & Powell (2015) & Hägglöf et al. (1998) menemukan didalam penelitiannya bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki harga diri yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan. Dalam hasil penelitian Wakhid et al. (2013) mengungkapkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami harga diri yang rendah dan isolasi sosial karena disebabkan tuntutan terhadap tanggung jawab atau peran yang harus dipenuhi seorang laki-laki didalam keluarganya yang lebih tinggi dibanding perempuan, sehingga stresor yang dialami juga lebih banyak.

Penanganan yang dilakukan untuk mengatasi anak lamban belajar sebelumnya sudah pernah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Saroh (2015) memberikan perlakuan media pembelajaran tematik kepada anak lamban belajar yang menunjukkan dapat membantu anak dalam pembelajarannya, namun dia mengakui terdapat kekurangan didalam penelitiannya yang dimana bentuk satuan pembelajaran yang mesti menggunakan bermacam-macam variasi. Mas'udi (2015) dalam penelitiannya memberikan kegiatan bermain keyboard pada anak lamban belajar namun menunjukkan hasil bahwa di antara keempat subjek mempunyai respon yang pasif sehingga, dia mengungkapkan bahwa anak lamban belajar harus mempunyai kepercayaan diri yang lebih baik dari pada anak lainnya.

Hinkle (2008) menggunakan terapi psikodrama dalam membantu anak untuk dapat mengeksplorasi dirinya guna menemukan kreativitas dan spontanitas dengan menghidupkan kembali hambatan baik didalam masalah interaksi atau mengenai diri sendiri. Selanjutnya Corey (Romlah, 1989) berpendapat bahwa psikodrama dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang diri siswa, dapat menemukan konsep pada

dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Dari pernyataan tersebut diketahui bahwa psikodrama dapat membuat individu menemukan konsep pada dirinya dan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dalam hal ini keyakinan tentang kemampuan yang dimiliki siswa.

Dengan memberikan pengalaman psikodrama pada anak lamban belajar dapat memicu spontanitas mereka dan dengan demikian membantu untuk berhubungan dengan beberapa perasaan secara terus menerus yang belum diakui yang terpendam tentang diri mereka sendiri dan terhadap satu sama lain (Farmer & Geller, 2006). King (1984) beranggapan bahwa psikodrama dapat memberikan kesempatan untuk mengembalikan potensi umum yang ada pada pribadi anak tersebut.

Dengan membedakan kelompok jenis kelamin laki-laki dan perempuan terapi psikodrama mempunyai pengaruh yang berbeda. Dalam penelitian Lambie et al (1997) skenarion dalam psikodrama membantu anak laki-laki dan perempuan mengembangkan peran mereka dalam hubungan kelompok yang sehat. Psikodrama dapat dilakukan dalam kelompok besar dan kecil baik komposisi yang homogen atau heterogen (Dayton & Nicholas, 2009). Penelitian Davies (1982) menunjukkan bahwa menggunakan psikodrama dalam kelompok banyak dapat memperoleh wawasan dan bantuan pengeksplorasian diri yang diperoleh oleh anggota kelompok yang lain.

Psikodrama di dalam penerapannya menunjukkan bahwa orang dari berbagai rentang usia dapat mengambil keuntungan dan yang paling efektif bila digunakan kepada anak remaja (Fong, 2006). Penelitian yang dilakukan oleh Janiati (2011) menunjukkan bahwa psikodrama mempunyai keuntungan bila digunakan kepada anak remaja karena sesuai dengan tahap remaja yaitu mudah mengimitasi dan mengidentifikasi sesuatu.

Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui peningkatan harga diri pada anak lamban belajar dengan menggunakan terapi psikodrama dan melihat seberapa besar pengaruh terapi psikodrama dalam meningkatkan harga diri anak lamban belajar.

Hubungan Psikodrama Dengan Peningkatan Harga Diri Anak Lamban Belajar

Terapi psikodrama dapat meningkatkan harga diri pada anak lamban belajar dengan cara menghidupkan kembali hambatan dalam interaksi atau mengenai permasalahan dalam diri individu. Anak mengeksplorasi permasalahan dirinya dalam bentuk peran dan mendramatisir peristiwa yang dialami guna mendapatkan pemahaman dalam menemukan kreativitas dan spontanitas.

Psikodrama merupakan terapi psikologi dengan pendekatan *psychodramatic* yang dijelaskan sebagai ilmu yang mengeksplorasi jiwa manusia dengan melalui tindakan dramatisir (Farmer & Geller, 2006). Psikodrama dikembangkan oleh J. L. Moreno (1974) mengungkapkan bahwa psikodrama adalah metode tindakan yang mendalam di mana orang memainkan adegan dari kehidupan mereka, dengan memberlakukan hubungan peristiwa, mimpi atau fantasi dalam upaya mendapatkan pemahaman dan perasaan yang lebih besar dan menemukan cara untuk menjalani kehidupan yang lebih memuaskan individu (Lambie & Simmonds 1997).

Moreno menjelaskan kepribadian merupakan peran perilaku yang dipelajari individu saat dia berkembang dan kemudian menyatu menjadi dirinya (Prawitasari, 2011). Dasar dari teori kepribadian moreno menganggap bahwa spontanitas dan kreativitas sebagai pusat fungsi manusia yang sehat dan kelompok sebagai agen penyembuhan yang pokok dalam diri individu (Dillen et al., 2009; Garcia, 2010). Dalam psikodrama berasumsi bahwa masalah terjadi ketika individu gagal untuk menjadi kreatif dan spontan, dengan demikian individu tidak dapat menyelesaikan masalah internal yang ada pada konflik eksternal dalam cara yang efektif (Hinkle, 2008).

Konsep kepribadian utama dalam psikodrama menurut Moreno et al (2011) yaitu (1) konsep spontanitas dimana seseorang dapat merespon situasi yang dia hadapi (2) kreativitas yaitu cara seseorang menampilkan diri ke situasi baru, (3) situasi yaitu kedekatan dalam psikodrama dalam menampilkan masalah ketakutan masa lalu atau masa depan dan dibawa ke masa kini dalam kehidupan, (4) tele yaitu pertukaran rasa simpati dan dukungan dalam situasi kelompok, (5) katarsis yaitu melepaskan dan

mengekspresikan emosi dan (6) wawasan yaitu restrukturisasi perasaan seseorang dengan menunjukkan pemahaman yang berbeda.

Beberapa penelitian dan penerapan psikodrama yang telah dilakukan oleh para peneliti terdahulu menunjukkan bahwa mempunyai efek dan manfaat yang sangat positif dalam bentuk terapi psikodrama. Di mana penelitian yang telah dilakukan oleh Sugito (2014) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan efikasi diri peserta didik karena memperoleh layanan implementasi teknik psikodrama. Penelitian Fong (2006) juga mendapatkan hasil yang positif dalam penerapan psikodrama untuk membantu meningkatkan kesadaran perempuan terhadap korban kekerasan laki-laki.

Penelitian Zaen (2015) terkait psikodrama kepada anak lamban belajar dapat meningkatkan *adversity intelligence* pada peserta didik Madrasah Aliyah Negeri Karanganyar. Adapun penelitian terkait hubungan psikodrama dengan subjek anak lamban belajar bahwa psikodrama juga telah digunakan dengan remaja yang mengalami berbagai masalah seperti perilaku anti sosial kepada penyakit jiwa, korban pelecehan seksual dan kesulitan belajar (Lambie & Simmonds, 1997). Jones (1960) mengakui bahwa pelatihan bagi anak lamban belajar merupakan sarana pengembangan kapasitas tertentu dan transmisi pengetahuan sehingga penerapan terapi psikodrama merupakan pelatihan yang salah satunya dapat mengembangkan anak lamban belajar.

Penelitian Lambie & Simmonds (1997) menunjukkan peningkatan harga diri yang terjadi pada kelompok sebaya pelaku sex remaja dengan menggunakan psikodrama. Avinger (2014) menemukan perbaikan yang signifikan terhadap model psikodrama dikaitkan dengan peningkatan harga diri yang tinggi pada anak korban pelecehan seksual. Penelitian ini didasari pada fase pemanasan, dimana terapis yang memiliki peluang untuk menyusun ulang peristiwa trauma dengan cara yang lebih efektif dan juga klien dapat menciptakan akhir yang lebih positif pada ceritanya.

Spontanitas merupakan unsur dalam terapi psikodrama. Penelitian Davelar (2008) menemukan hubungan yang erat antara harga diri tinggi yang menekankan aspek afektif dengan spontanitas yang membahas kesiapan seseorang untuk bertindak. Dayton & Nicholas (2009) menjelaskan bahwa spontanitas membawa individu untuk mencoba peran baru dalam situasi baru untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi.

Psikodrama memfasilitasi peserta kreatif dan spontan terhadap ekspresi diri mereka sehingga dalam penelitian Scholl & Adcock (2009) merekomendasikan dari spontanitas, psikodrama dapat meningkatkan harga diri tinggi pada anak menjadi lebih terintegrasi dengan teman kelompoknya.

Penerapan terapi psikodrama mempunyai komponen-komponen yang dimana melibatkan semua orang yang terlibat dalam proses psikodrama, baik secara fungsi dan peran mempunyai posisi masing-masing (Fong, 2006). Komponen-komponen tersebut adalah (1) Panggung drama (*Stage*) merupakan tempat sebagai gambaran dalam kehidupan individu (2) Direktur / Sutradara berfungsi mengatur dan membuat skenario dan menjaga hubungan baik dengan semua orang yang terlibat, (3) Protagonis adalah karakter utama dari drama yang menjadi fokus individu didalam terapi, (4) Pemeran Pembantu (*Auxiliary Ego*) merupakan anggota kelompok lain untuk membantu memainkan peran dalam drama (5) Penonton (*Audience*) merupakan para penonton yang terdiri dari anggota-anggota kelompok lain yang kemungkinan individu memproyeksikan dirinya kedalam dunianya sendiri dan membangkitkan respon-respon dari teman-teman anggota kelompoknya sendiri (Farmer & Geller, 2006; Hinkle, 2008).

Karatas & Gökçakan (2009) menerapkan terapi psikodrama dengan menggunakan beberapa teknik didalam mendukung tercapainya proses psikodrama. Moreno (1974) mengemukakan beberapa teknik yang dapat diterapkan didalam proses psikodrama yaitu (1) Teknik Ganda (*Double*), (2) Teknik Pertukaran Peran (*Role Reversal*), (3) Cermin (*Mirror*), (4) Soliloquy, (5) Pengundangan (*Enactments*), (6) Ulangan (*Replay*), (7) Melantangkan (*Amplifying*) (8) Peneladanan (*Modeling*) (Karatas & Gökçakan, 2009; Scholl & Adcock, 2009; Farmer & Geller, 2006). Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu (Hinkle, 2008).

HIPOTESIS

Ha : Terdapat perbedaan harga diri anak lamban belajar antara kelompok eksperimen sebelum mendapat perlakuan terapi psikodrama dan setelah mendapat perlakuan terapi psikodrama

Ho : Tidak terdapat perbedaan harga diri anak lamban belajar antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum mendapat perlakuan terapi psikodrama dan setelah mendapat perlakuan terapi psikodrama

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan rancangan *eksperimen group*, *control group*, *pre test*, *post test design* yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi yang diberikan kepada subjek (Darmawan, 2013; Azwar, 2013). Desain penelitian pada awal dan di akhir dilakukan pengukuran terhadap variabel yang telah ditentukan oleh peneliti. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah harga diri subjek dengan kriteria anak lamban belajar. Pengukuran dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan skala harga diri Rosenberg. Perlakuan yang diberikan dalam eksperimen yaitu terapi psikodrama untuk meningkatkan harga diri pada subjek. Terdapat dua kelompok dalam eksperimen yaitu kelompok eksperimen (KE) yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol (KK) yang tidak diberikan perlakuan. Desain rancangan dijelaskan dalam tabel di bawah:

Tabel 1. Desain Eksperiment

Kelompok Eksperimen	Pretest	▶	Perlakuan (Terapi Psikodrama)	▶	Posttest
Kelompok Kontrol	Pretest	▶	Tanpa Perlakuan	▶	Posttest

Subjek Penelitian

Subjek dipilih dari kalangan siswa-siswi sekolah inklusi menengah awal (SMA/SMK) di kota Makassar yang mempunyai karakteristik anak lamban belajar. Dalam semua siswa-siswi sekolah inklusi menengah awal (SMA/SMK) di kota Makassar dipilih berdasarkan klasifikasi sebagai anak lamban belajar yang sebelumnya telah dilakukan penyaringan (*screening*) dengan menggunakan metode asesmen psikologi tes intelegensi CFIT skala 3 dan menggunakan skala harga diri untuk mengkategorikan sebagai anak lamban belajar dan memiliki harga diri rendah untuk ditugaskan dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Penyaringan subjek anak lamban belajar didasarkan pada karakteristik dibawah normal, berkisar dalam pengkategorian intelegensi 80 – 90 dikatakan *Low Avarage* (Sumantri & badriyah, 2005; Aziz et al, 2015). Karakteristik tersebut menjadi bahan diagnosis dalam menentukan bahwa subjek mengalami lamban belajar (*Slow Learner*)

Dari kalangan siswa yang masuk didalam kategori anak lamban belajar, dipilih 20 siswa secara acak dengan jenis kelamin laki-laki, perempuan dan ditugaskan untuk menjadi kelompok eksperimen A laki-laki sebanyak 10 siswa dan kelompok eksperiment B Perempuan sebanyak 10 siswi dan 10 siswa siswa secara acak dengan jenis kelamin yang berbeda menjadi kelompok kontrol.

Instrumen Penelitian

Alat ukur yang dipakai untuk mengukur harga diri dalam penelitian ini adalah skala harga diri Rosenberg (1965) yang di adaptasi oleh Widhiarso (2013). Skala ini memuat 10 butir item yang menggunakan format Likert dengan pilihan jawaban 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, 4 = sangat setuju. Kategori respons yang diberikan adalah: sangat setuju; setuju; tidak setuju dan sangat tidak setuju. Pernyataannya antara lain: “Secara keseluruhan saya puas dengan diri saya” dan “Saya pikir saya sama sekali tidak baik”.

Uji coba skala dilakukan di SMAS Widya Gama Kota Malang. Skala uji coba disebarkan kepada siswa-siswi kelas X dan XI sebanyak 90 subjek. Dari hasil *tryout*

skala didapatkan hasil indeks validitas skala harga diri berkisar 0,312 – 0,743 (sig > 0,3) dengan reliabilitas sebesar 0,839 (sig > 0,6). Dari hasil uji coba skala menunjukkan bahwa skala layak digunakan dalam sebuah penelitian.

Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahapan yaitu tahap pra pelaksanaan, perlakuan dan pasca perlakuan. Pada tahap pra pelaksanaan peneliti telah menyiapkan modul penelitian terkait terapi psikodrama yang telah di uji cobakan kepada anak lamban belajar dan skala penelitian yang telah di uji cobakan yaitu skala harga diri Rosenberg (1965) yang di adaptasi oleh Widhiarso (2013). Terapi psikodrama menekankan konsep terapeutik menurut Warren & Krik (2011) dan Badainess (2011) yaitu adanya konsep spontanitas, kreativitas, situasi, tele, katarsis dan wawasan dengan konsep demikian individu dapat menyelesaikan masalah internal yang ada pada konflik eksternalnya. Harga diri memiliki beberapa aspek menurut coopersmith (1990) yaitu keberhasilan (*successes*), nilai-nilai (*values*), aspirasi (*aspirations*) dan pertahanan (*defenses*) dengan aspek harga diri tersebut menjadi target dalam modul terapi psikodrama untuk meningkat harga diri.

Pada tahap pra pelaksanaan dilakukan screaning terhadap anak remaja dengan menggunakan tes intelegensi CFIT Skala 3A untuk mendapatkan kategori subjek penelitian yaitu anak lamban belajar dengan IQ dibawah rata-rata. Skala harga diri diberikan kepada 20 siswa-siswi remaja anak lamban belajar sebagai pre test untuk mengukur tingkat harga diri pada subjek sebelum diberikan intervensi. Seluruh subjek dibagi secara acak kedalam kelompok eksperimen sebanyak 10 subjek terdiri dari 5 laki-laki, 5 perempuan dan kelompok kontrol sebanyak 10 subjek terdiri dari 5 laki-laki dan 5 perempuan.

Modul terapi psikodrama mempunyai tahap pelaksanaan yang terdiri dari lima kali sesi. Setiap sesi dilakukan dengan durasi 2x60 menit. Materi didalam terapi yang digunakan dari modul mengikuti prosedur psikodrama yang diberikan setiap sesi (King, 1984; Karatas, 2011; Dayton and Nicholas, 2009; Scholl and Adcock, 2009;

Duffy, 1990) yaitu tahap pertama *warm-up* (pemanasan), tahap kedua *action* (tindakan) dan tahap ketiga *sharing* (berbagi).

Sesi pertama diawali dengan memberikan penjelasan kepada seluruh anggota eksperimen mengenai fungsi dan alasan dari terbentuknya kelompok terapi psikodrama. Setiap anggota kelompok masing-masing memperkenalkan dirinya guna membangun kepercayaan dan keterbukaan sesama anggota. Terapis memberikan penjelasan dan edukasi terkait terapi psikodrama dengan menggunakan *power point* dan memutar beberapa video.

Pada sesi pertama, terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games. Setelah itu masuk kepada tahap prosedur terapi psikodrama yaitu *warm-up* (pemanasan) bercerita mengenai dirinya dan mengeksplorasi masalah yang dia hadapi guna untuk mendapatkan peran protagonis. Selanjutnya *action* (tindakan) yaitu protagonis memerankan adegannya dari skenario yang dia ceritakan. Dan ditutup dengan *sharing* (berbagi) yaitu setiap anggota kelompok diajak untuk berbicara dan membahas terkait adegan yang telah dimainkan.

Sesi kedua sampai dengan sesi kelima, perlakuan yang diberikan setiap sesinya mengikuti prosedur terapi psikodrama yaitu *warm-up* (pemanasan), *action* (tindakan), dan *sharing* (berbagi). Setiap sesi pertemuan dilakukan *rolling* yaitu mengulang kembali prosedur psikodrama untuk mendapatkan protagonis dari anggota kelompok dan alur cerita yang baru untuk diperankan dan didramatisir. Sesi terapi selalu dibuka dengan menjelaskan fungsi dan alasan keberadaan masing-masing anggota kelompok untuk mengikuti terapi psikodrama.

Setelah tahap sesi perlakuan dilakukan maka tahap selanjutnya adalah tahap pasca perlakuan yaitu *post-test* skala harga diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tahap akhir adalah pengolahan data yaitu menganalisa data yang telah diperoleh dari hasil *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tempat penelitian dilakukan di sekolah menengah atas YP PGRI 3 kota Makassar.

Analisis Data Statistik

Analisis data diawali dengan melakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang digunakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Uji homogenitas *F test (levene's test)* dilakukan untuk mengetahui apakah kedua data eksperimen mempunyai nilai varian yang sama. Analisis untuk membandingkan hasil skor *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan menggunakan *Paired sample t-test*. Dan analisa uji hipotesis untuk melihat perbandingan rata-rata kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan dengan menggunakan *Independent sample t-test* (Azwar, 2013; Turmudi & Hanni, 2008). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS v.21.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

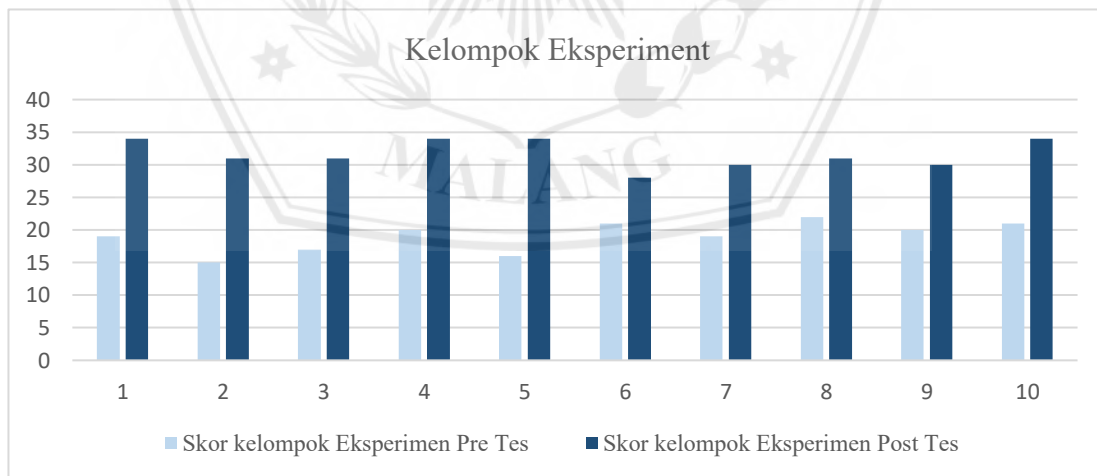
Penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Atas YP PGRI 3 Kota Makassar Kabupaten Sulawesi Selatan (pada bulan Maret 2018). Screening awal subjek dilakukan pada 30 remaja yang terdiri dari kelas sepuluh dan sebelas IPA IPS. Usia dari keseluruhan subjek berkisar antara 15-17 tahun. Skala harga diri dan Tes intelegensi CFIT Skala 3A diberikan kepada subjek. Setelah proses screening didapatkan 20 remaja yang memenuhi syarat berupa tingkat kategori IQ berada dibawah rata-rata yaitu tergolong dalam klasifikasi anak lamban belajar. Dari 20 anak lamban belajar secara acak dijadikan sebagai subjek penelitian dan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penyajian data berupa penjelasan usia, jenis kelamin dan kelas sebagai berikut :

Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian (N=20)

Karakteristik Demografis	Kelompok	
	Eksperimen (N=10)	Kontrol (N=10)
Jenis Kelamin :		
Laki-Laki	5 (50%)	5 (50%)
Perempuan	5 (50%)	5 (50%)
Usia :		
15 Tahun	3 (30%)	5 (50%)
16 Tahun	5 (50%)	3 (30%)
17 Tahun	2 (20%)	2 (20%)
Kelas :		
X (sepuluh)	7 (70%)	5 (50%)
XI (Sebelas)	3 (30%)	5 (50%)
Kategori IQ		
80-89 (low average)	10 (100%)	10 (100%)

Hasil Analisis dan Uji Hipotesis

Tingkat rata-rata harga diri anak lamban belajar antar kelompok eksperimen dan kontrol memiliki skor yang beragam setelah dilakukan *posttest* dan *pretest*. Skor tingkat pada kelompok eksperimen dan kontrol sebagai berikut :

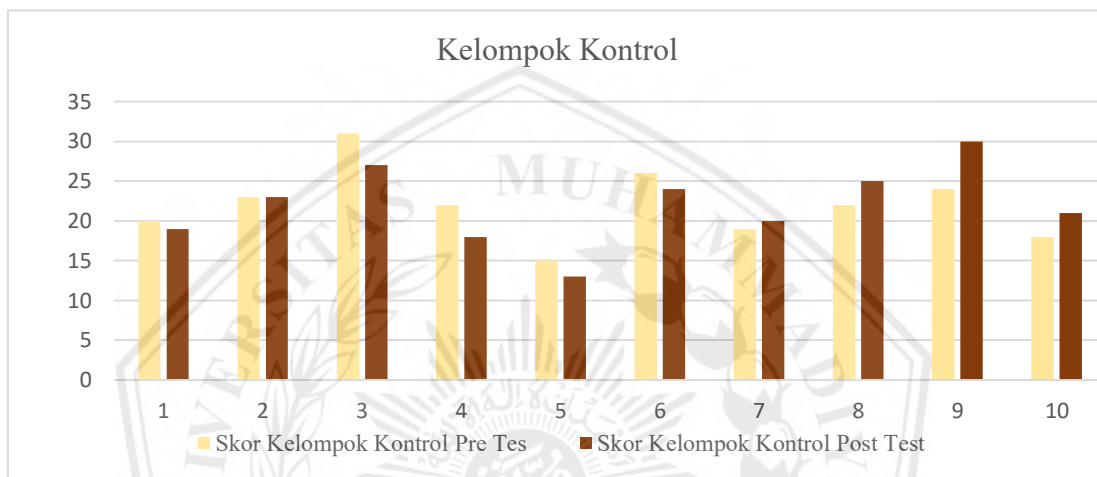


Grafik 1. Perubahan skor pretest – posttest kelompok eksperimen

Keterangan:

- Skor di bawah 20 menunjukkan harga diri rendah. - Skor di atas 30 menunjukkan harga diri yang tinggi.
- Skor antara 20 dan 30 berada dalam kisaran normal.

Berdasarkan Grafik 1, diketahui bahwa pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan harga diri anak lamban belajar. Tingkat rata-rata harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan 15 – 22 (rendah dan sedang) dan setelah diberikan perlakuan meningkat menjadi 28 – 34 (sedang dan tinggi). Sedangkan pada kelompok kontrol sebagai berikut :



Grafik 2. Perubahan skor pretest – posttest kelompok kontrol

Keterangan:

- Skor di bawah 20 menunjukkan harga diri rendah.
- Skor antara 20 dan 30 berada dalam kisaran normal
- Skor di atas 30 menunjukkan harga diri yang tinggi.

Pada Grafik 2 kelompok kontrol, rata-rata tidak terjadi perubahan yang signifikan pada tingkat harga dirinya. Rata-rata berada pada tingkat yang sama setelah diberikan pretest dan posttest yaitu berkisar antara 15 – 30 (rendah – sedang). Kemudian, dilakukan uji asumsi normalitas dan homogenitas dengan tujuan mengetahui sampel berdistribusi normal dan kedua kelompok mempunyai nilai varian yang sama.

Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi normalitas dan homogenitas dilakukan untuk mengetahui data bersifat parametrik atau nonparametrik. Hasil uji normalitas menunjukkan data pada kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen $p = 0,447$ ($p > 0,05$), berdistribusi normal dan kelompok kontrol $p = 0,937$ ($p > 0,05$), berdistribusi normal. Uji asumsi berikutnya yaitu uji homogenitas menggunakan *levene's test* menunjukkan bahwa data kedua kelompok pada penelitian ini memiliki varian yang sama yaitu homogen $p = 0,186$ ($p > 0,05$) atau berada dalam kondisi yang sama sebelum diberikan perlakuan dalam penelitian. Berdasarkan hasil uji asumsi yang telah dilakukan data penelitian bersifat parametrik.

Hasil Perbedaan Tingkat Harga Diri Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Analisis yang digunakan yaitu *Paired sample t-test* guna untuk membandingkan dalam kelompok hasil *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan terapi psikodrama dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan terapi psikodrama. Sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil *Paired Sample t test* Perbedaan Tingkat Harga Diri pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Harga Diri	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Kel. Eksperimen				
<i>Pre Test</i>	19,00	2,309	-11,809	,000
<i>Post Test</i>	31,70	2,163		
Kel. Kontrol				
<i>Pre Test</i>	22,00	4,472	,000	1,000
<i>Post Test</i>	22,00	4,876		

Ket : *T*= nilai t value, *P*= taraf signifikan, *M*= mean, *SD*= standar deviasi

Dari hasil analisis diperoleh hasil pada kelompok eksperimen variabel harga diri anak lamban belajar nilai $t = -11,809$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang dapat diartikan bahwa nilai rata-rata harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen setelah diberikan terapi psikodrama secara signifikan menunjukkan perbedaan. Selanjutnya pada kelompok kontrol variabel harga diri anak lamban belajar nilai $t = 0,000$ dan nilai $p = 1,000$ ($p > 0,05$) yang dapat diartikan bahwa nilai rata-rata harga diri anak lamban belajar kelompok kontrol tidak mengalami perbedaan secara signifikan.

Hasil Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis menggunakan *Independent Sample t test* dengan tujuan membandingkan rata-rata dua kelompok yang tidak berhubungan antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Analisis *Independent Sample t test* Uji Hipotesis Penelitian

<i>Equal variances not assumed</i>	<i>Levene's test</i>		<i>t hitung</i>	<i>n</i>	<i>t tabel</i>	<i>p</i>
	<i>F</i>	<i>p</i>				
<i>Kel. Eksperimen</i> (<i>N</i> =10)	4,441	0,049	5,750	18	2,120	0,000
<i>Kel. Kontrol</i> (<i>N</i> =10)						

Ket : t = nilai t value, p = taraf signifikan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan analisa *independent sample t test*, diperoleh nilai *levene's test* $F = 4,441$ dan nilai p value 0,049 ($p > 0,05$). Nilai t dari uji data tersebut adalah t hitung = 5,750 yaitu ada perbedaan kedua kelompok pada taraf 99% (nilai t hitung 5,750 > t tabel 2,120).

Hasil analisis berdasarkan nilai probabilitas diperoleh nilai taraf signifikan dari uji data tersebut nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti H_a diterima dengan arti bahwa

harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan terapi psikodrama dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan, berbeda secara signifikan. Dari hasil ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi psikodrama dapat meningkatkan harga diri anak lamban belajar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa terapi psikodrama dapat membantu meningkatkan harga diri pada anak lamban belajar. Penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan harga diri yang dialami oleh setiap subjek pada kelompok eksperimen setelah menerima perlakuan. Terlihat dari perbedaan skor harga diri sebelum diberikan perlakuan yaitu sedang dan setelah diberikan perlakuan meningkat dengan rata-rata tinggi.

Karakteristik dalam penelitian ini adalah anak lamban belajar, merupakan anak yang memiliki keterbatasan dalam potensi intelektual yaitu dibawah rata-rata dan hambatan dalam hal adaptasi sosial (Aziz et al, 2015; Sumantri & Badriah, 2005). Anak lamban belajar cenderung menampilkan berbagai masalah psikososial dilingkungan pendidikannya, kurangnya motivasi untuk sekolah, cemas terhadap tanggapan dirinya, keterampilan sosial yang buruk dan harga diri yang rendah. Masalah yang perlu diperhatikan yaitu anak lamban belajar yang memiliki harga diri rendah disebabkan lebih rentan terhadap resiko ditindas, diejek oleh orang sekitarnya dan lebih rentan terhadap resiko yang lebih besar untuk putus dari sekolah (Pandy, 2012)

Terapi psikodrama dalam penelitian ini berfungsi membantu subjek untuk mencegahnya mengalami harga diri yang rendah bahwa tidak merasa puas dengan dirinya, memandang berbagai kejadian negatif dan sulit untuk berinteraksi dengan orang lain. Psikodrama dengan pendekatan *psychodramatic* dengan konsep unsur terapeutiknya yaitu kreativitas dan spontanitas. Dalam terapi ini subjek mengeksplorasi dirinya dalam bentuk peran dan drama guna mendapatkan pemahaman dalam menemukan kreativitas dan spontanitas dengan menghidupkan

kembali hambatan baik didalam interaksi atau mengenai dirinya sendiri. Hal tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya dengan menggunakan terapi psikodrama subjek dapat mengeksplorasi masalah dalam hambatan interaksi atau mengenai permasalahan diri sendiri, sehingga subjek dapat menemukan kreativitas dan spontanitas dalam menghadapi situasi yang dia hadapi (Hinkle, 2008)

Pada setiap sesi tahap pemanasan (*warm-up*) subjek diminta untuk menceritakan mengenai dirinya, merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi saat ini dan sekarang. Penelitian Shechtman dan Bar-el (1994) mengungkapkan bahwa proses didalam terapi psikodrama dapat mempengaruhi subjek dan anggota kelompok yang lain untuk saling terbuka menceritakan mengenai dirinya. Pencapaian yang didapatkan pada setiap sesi tahap pemanasan bahwa subjek mampu menceritakan berbagai masalahnya dengan anggota kelompok yang lain dan mereka mampu menumbuhkan kepedulian terhadap sesama anggota kelompok. Sehingga berlakunya psikodrama dapat membantu subjek untuk menciptakan beberapa perasaan secara terus menerus yang belum diakui terhadap satu sama lain (Farmer & Geller, 2006).

Proses inti dalam penelitian ini yaitu pada tahap tindakan (*action*) dimana subjek atau protagonis menampilkan skenario dan mengadegankan atau mendramatisirkan peran yang telah ditentukan. Dari permasalahan yang ditampilkan, setiap subjek lebih banyak mengarah pada konflik antar keluarga dan lingkungan sekolah. Menurut Vaxberg (2014) ada keuntungan luar biasa untuk bekerja dengan anak-anak dengan psikodrama, karena faktanya bahwa akting dapat mendramatisirkan peran sebagai pusat dari psikodrama. Melalui adegan bersama sutradara atau subjek dapat mengekspresikan perasaan dan menemukan kesadaran perubahan yang terjadi dalam dirinya. Mengekspresikan perasaan atau katarsis pada anak lamban belajar merupakan hal yang penting untuk strategi mengatasi situasi yang kurang bermanfaat pada diri mereka sebelumnya (Warren & Krik, 2011).

Tahap akhir dari sesi terapi psikodrama disebut berbagi (*sharing*), di mana setiap anggota kelompok atau sutradara membahas apa yang ditimbulkan bagi mereka

yang telah mengadakan sebuah skenario atau yang terlibat proses psikodrama dalam tahap sebelumnya. Dalam hasil penelitian Tauvon (2010) mengungkapkan bahwa sesi berbagi mempunyai manfaat untuk mengintegrasikan setiap anggota kelompok untuk membangkitkan umpan balik empati dan emosional. Saling berbagi memberikan kontribusi untuk menumbuhkan harga diri pada setiap anggota kelompok dengan menerima masukan-masukan dari anggota kelompok yang lain (Scholl & Adcock, 2009)

Penentuan peran pembantu atau *axiliary ego* dan teknik psikodrama merupakan penunjang keberhasilan dalam penelitian (Karatas, & Gökçakan, 2009; Hinkle, 2008). Teknik psikodrama yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penyajian peran, pembalikan peran, peran ganda, cermin, peneladanan, melantangkan perasaan dan asosiasi bebas yang melibatkan seluruh subjek. Salah satu teknik yang paling banyak digunakan oleh peneliti yaitu pembalikan peran (*role reversal*) adalah ketika dua orang di dalam psikodrama yang berganti peran, menukar peran dan melihat hubungan atau konflik melalui pandangan orang lain. Hal yang terjadi pada penelitian ini bahwa pemeran utama mendapatkan rasa empati didalam dirinya dan mendapatkan pemahaman baru terhadap peran lain yang dia ceritakan. Oleh karena itu, Batterjee (2014) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa anak lamban belajar dapat menunjukkan naiknya harga diri ketika mereka menumbuhkan rasa emosional terhadap dirinya dan mendapatkan rasa emosional terhadap orang lain.

Dalam hasil penelitian Wakhid et al (2013) mengungkapkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami harga diri rendah. Anak lamban belajar terutama laki-laki yang mengalami harga diri rendah lebih berisiko keluar dari sekolah atau terasing dalam lingkungan sekolahnya (Hanna, 2013). Sehingga dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa pada pretest, lebih banyak anak laki-laki yang mengalami harga diri rendah. Namun setelah diberikan perlakuan terapi psikodrama, harga diri anak laki-laki meningkat. Penelitian terdahulu Lambie et al (1997) mendapatkan hasil bahwa dengan diberikan terapi psikodrama laki-laki dan perempuan membantu mengembangkan hubungan kelompok yang sehat.

Penerapan terapi psikodrama membuat kesehatan mental aktif yang merupakan suplemen bermanfaat bagi kesehatan mental pendidikan saat ini. Dengan metode yang tepat akan sangat membantu dalam menangani semua masalah yang remaja hadapi dan membantu menciptakan lingkungan yang harmonis kepada anak lamban belajar (Ling, 2011). Tujuan terapi psikodrama ini bekerja dengan baik pada subjek dalam penelitian. Subjek yang mampu mengungkapkan perasaannya kepada temannya dan tidak lagi terlalu cemas menghadapi situasi sosialnya dengan membuat pola pikir yang baru terhadap situasinya, mampu mengevaluasi dirinya sendiri dan menerima kenyataan bahwa apa yang dia pikirkan tentang dirinya tidak selamanya salah yang merupakan keberhasilan dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi psikodrama dapat meningkatkan harga diri anak lamban belajar. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh bahwa penerapan terapi psikodrama dapat memberikan perubahan yang lebih baik pada anak lamban belajar dalam meningkatkan harga dirinya dari aspek pencapaian diri, pemaknaan terhadap nilai-nilai keberhasilan yang ingin dicapai, penilaian diri yang berharga dengan mampu membuat harapan yang realistis dan kemampuan untuk mengatasi situasi yang mengcemaskan sehingga mampu mengevaluasi diri dan tingkah lakunya menjadi lebih efektif.

IMPLIKASI HASIL PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang psikologi klinis dan institusi pendidikan yang membahas tentang anak lamban belajar, untuk dapat menerapkan terapi psikodrama sebagai salah satu penanganan untuk meningkatkan harga diri. Penelitian eksperimen terapi psikodrama yang telah dilakukan tentunya masih memiliki kekurangan dan keterbatasan sehingga rekomendasi untuk peneliti selanjutnya yaitu lebih memperpanjang waktu setiap sesi dalam terapi. Mengkoordinasikan pihak-pihak yang terkait dalam mengkondisikan tempat dan jadwal disebabkan terapi psikodrama membutuhkan tempat yang tenang dan nyaman.

Kerentanan dalam membangun kepercayaan dalam setiap kelompok yang beranggotakan anak lamban belajar merupakan hal yang penting disebabkan anak lamban belajar membutuhkan waktu yang cukup lama untuk membangun kepercayaan mereka sesama anggota kelompok yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdollah, N., Ahmad, F. W., & Akhir, E. A .P. (2010). Multimedia courseware for slow learners: a preliminary analysis. *Departemen of Computer and Information Sciences*. 978424467167.
- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi*, 1(14), ISSN: 0215-8884.
- Avinger, K. A., & Jones, R. A. (2007) Group treatmen of sexually abused adolescent girls: A review of outcome studies. *The American Journal of Family Therapy*, 35(4), 315-326, doi: 10.1080/01926180600969702.
- Aziz, A. N., Sugiman, S., & Prabowo, A. (2016). Analisis proses pembelajaran matematika pada anak berkebutuhan khusus (abk) slow learner di kelas inklusif. Kreano. *Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, 6(2), 111. doi: 10.15294/kreano.v6i2.4168
- Azwar, S. (2013). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badainess, J. (1977). Psychodrama: Concepts, principles and issues. *Dramatherapy*, 1(2), 4-9, Doi: 10.1080/02630672.1977.19689107.
- Batterjee, A. A. (2014). The effect of grouping and program type on scholastic and affective outcomes in the mawhiba schools partnership initiative. 32(2), 123-147, doi: 10.1177/02611429415447588.
- Sumantri., & Badriyah, S. (2005). Efektifitas kelas pendampingan dalam upaya mengatasi problem belajar dengan pendekatan inklusif. *SUHUF*, 18(2). 162.
- Barnett, M., & Powell, H. A. (2015) Self-esteem mediates narcissism and aggression among women, but notmen: a comparison of two theoretical models of narcissism among college students. *Journal Personality and Individual Differences*, 89. 100-104.
- Bateman, B. (1991). Teaching word recognition to slow-learning children. *Reading & Writing Quarterly*, 7(1), 1-16. doi: 10.1080/0748763910070102
- Culp, M. E. (2015). Improving Self-Esteem in General Music. *General Music Today*, 29(3), 19-24. doi: 10.1177/1048371315619962

- Darmawan, D. (2013). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Datta, P. (2014). Self-concept and vision impairment: a review. *British Journal of Visual Impairment*, 32(3). 200-210. Doi:10.1177/0264619614542661
- Dayton, T., & Nicholas, M. (2009). Psychodrama in the psychotherapy of adults who have been raised in addictive families. *Eastern Group Psychotherapy Society*, 33(4). 329-345.
- Davies, M. H. (1982). Psychodrama and other therapies. *Dramatherapy*, 6 (1), 40-43
- Davelar, M. P., Araujo, F. S., & Kipper, D. A. (2008). The revised spontaneity assesment inventory (SAI-R) relationship to goal orientation, motivation, perceived self-efficay, and self-esteem. *The arts in psychotherapy*. 35, 117-128, doi: 10.1016/j.aip.2008.01.003
- Dillen, L., Siongers, M., Helskens, D., & Verhofstadt-Denève, L. (2009). When puppets speak: dialectical psychodrama within developmental child psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 22(1), 55-82. doi: 10.1080/10720530802500839
- Duffy, T. K. (1990). Psychodrama in beginning recovery. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 7(2), 97-109. doi: 10.1300/j020v07n02_06
- Farmer, C., & Geller, M. (2006). Psychodrama and couple therapy. *Eastern Group Psychotherapy Society*, 30(2). 117-132
- Fanti, K. A., & Henrich, C. C. (2014). Effects of self-esteem and narcissism on bullying and victimization during early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 35(1), 5-29. doi: 10.1177/0272431613519498
- Fong, J. (2007). Psychodrama as a preventive measure: teenage girls confronting violence. *Journal of Group Psychotheraoy, Psychodrama & Sociometry*. 59(3), 99-108. doi: 10.3200/jgpp.59.3.99.108
- Gaston, F., & Cappello, P. (1996). Self-esteem: the keystone of learning. *FIE '96 Proceeding*. 0-7803-3348-9.
- Garcia, A. (2010). Psychodrama: creative approaches to human growth. *Design For Arts in Education*, 86(1), 40-42, Doi: 10.1080/07320973.1984.9940881.

- Guindon, M.H (2010). *Self Esteem Across The Lifespan*. New York : Routledge Taylor & Francis Group.
- Hinkle, G. M. (2008). Psychodrama: a creative approach for addressing parallel process in group supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3(4), 401-415. doi: 10.1080/15401380802527464
- Hägglöf B., Andrén O.a., Bergström E.b., Marklund. & L.a. Wendelius M.c. (1998). Self-esteem in children with nocturnal enuresis and urinary incontinence: improvement of self-esteem after treatment, *Paper European Urology*, 33(3). Doi:10.1159/000052236.
- Hanna, J. L. (2008). A nonverbal language for imagining and learning: dance education in k-12 curriculum. *Educational Research*, 37(8). 491-506. doi: 10.3102/0013189X08326032
- Humphrey, N. (2004). The death of the feel-good factor?: self-esteem in the educational context. *School Psychology International*, 25(3), 347-360. doi: 10.1177/0143034304046906
- Janiati, D. D. (2011). *Tesis Psikodrama untuk meningkatkan happiness pada remaja yang tinggal di panti asuhan muhammadiyah malang*. Magister Profesi Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang
- Jing, Z. (2011). Empirical research about psychodrama of the psychological healthy education in the western ordinary middle schools. *International Conference on Electronics and Optoelectronics*, doi: 978-1-61284-276-9.
- Karatas, Z., & Gökçakan, Z. (2009). Effects of cognitive-behavioral group practices and psychodrama on adolescent aggression. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri / Educational Sciences: Theory & Practice*. 9(2), 1441-1452.
- King, G. R. (1984). Psychodrama a treatment approach to alcoholism. *British Journal Occupational Therapy*. 46 (7).
- Lammers, C. C. (1967). Improvement of instruction at inner-city secondary schools: save the slow learner. *The Clearing House*, 41(5). 296-300.

- Lambie, I., Safe, M. R., & Simmonds, L. (2008). Embedding psychodrama in a wilderness group program for adolescent sex offenders. *Journal of Offender Rehabilitation*, 26(1-2), 89-107. doi: 10.1300/J076v26n01_06
- Mahan, T. W. (1965) The slow learner: fact or excuse. The university of chicago press. *The School Review*, 73(2). 77-88.
- Mas'udi, S. (2015). *Skripsi Kegiatan bermain keyboard anak slow learner di sekolah inklusif sd I tirenggo bantul*. Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
- Michel, D. E., & Farrell, D. M. (1973) Music and self-esteem: disadvantaged problem boys in an all-black elementary school. *Journal of Research in Music Education*, 21(1), 80-84.
- Pandy, R. I. (2012) Learning disabilities and self-esteem. *Capstone Projects*. Paper 133.
- Jones, P. (1960). Teaching manual training to slow learning boys. *The Slow Learning Child*, 7(2), 112-117. doi: 10.1080/0156655600070208
- Peleg, O. (2009) Test anxiety, academic achievement, and, self-esteem among arab adolescents with and without learning disabilities. *University of Haifa*. 32.
- Pratiwi, R. P., & Murtiningsih, A. (2013). *Kiat sukses mengasuh anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Prawitasari, J. E. (2011). *Psikologi klinis : pengantar terapan mikro & makro*. Jakarta : Erlangga.
- Rosmin, N., Rosmin, F., & Mustamal, A. H. (2013). Do "slow learners, pre-school children" learn number more effectively with sobataka?. *International Conference In Teaching, Assesment And Learning For Engineering*. 978-1-4673-6355-6.
- Saroh, S. M. (2015). *Tesis Pengembangan media penyusun kata anak lamban belajar (slow learner) pada pembelajaran tematik tema merawat hewan dan tumbuhan kelas ii sdn junrejo 01 kota batu*. University Of Muhammadiyah Malang.
- Scholl, M. B., & Smith-Adcock, S. (2007). Using psychodrama techniques to promote counselor identity development in group supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 2(1), 13-33. doi: 10.1300/J456v02n01_03

- Scull, J. A., & Lo Bianco, J. (2008). Successful engagement in an early literacy intervention. *Journal of Early Childhood Literacy*, 8(2), 123-150. doi: 10.1177/1468798408091852
- Shechtman, Z., & Bar-el, O. (1994). Group guidance and group counseling to foster social acceptability and self-esteem in adolescence. *The Journal for Specialists in Group Work*, 19(4), 188-196. doi: 10.1080/01933929408414364
- Singer, E. (2005). The strategies adopted by dutch children with dyslexia to maintain their self-esteem when teased at school. *Journal Learning Disabilities*, 38(5). 411-423
- Stockdale, S. L., & Brockett, R. G. (2010). Development of the pro-sdls: a measure of self-direction in learning based on the personal responsibility orientation model. *Adult Education Quarterly*, 61(2), 161-180. doi: 10.1177/0741713610380447
- Sugito, F. A. (2014). *Skripsi Implementasi teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri peserta didik kelas vii smp negeri 3 karangpandan*. Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Tauvon, L. (2010). Body, movement and dance in psychotherapy: an international journal for theory, research and practice. 5(3), 257-267, doi: 10.1080/17432979.2010.530058.
- Turmudi., & Hanni, S. (2008). *Metode Statistika*. Malang : Uin-Malang Press.
- Wakhid, A., Yani, A. S., & Helena, N. (2013). Penerapan terapi latihan ketrampilan sosial pada klien isolasi sosial dan harga diri rendah dengan pendekatan model hubungan interpersonal peplau di rs dr marzoeki mahdi bogor. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(1). 34-48
- Vaxberg, Z. (2014). Influence of group therapy in psychodrama on the attachment style of children at-risk: educational, emotional, social, and behavioral aspects. 2(6), 75-93, ISBN 978-83-232-2869-1. ISSN 2300-0422.
- Warren, A. M., & Kirk, K. (2011). The stories of looked-after and adopted children and young people: Where are dramatherapy and psychodrama in assisting

young people who are looked-after or adopted?. *Dramatherapy*, 33(3), 158-169. doi: 10.1080/02630672.2011.621263

Widhiarso, W. (2013). Aplikasi model rasch campuran dalam mengevaluasi pengukuran harga diri. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 17(1). doi: 10.21831/pep.v17i1.1367

Zaen, A. F. (2015). *Skripsi Psikodrama untuk meningkatkan adversity intelligence pada peserta didik kelas xi madrasah aliyah negeri karanganyar tahun ajaran 2014/2015*. Fakultas Bimbingan dan Konseling, Universitas Sebelas Maret Surakarta.





LAMPIRAN

A. MODUL TERAPI PSIKODRAMA TERHADAP HARGA DIRI ANAK LAMBAN BELAJAR

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Psikodrama merupakan terapi psikologi yang dijelaskan sebagai ilmu yang mengeksplorasi jiwa manusia dengan melalui tindakan dramatisir (Farmer and Geller, 2006). Psikodrama itu sendiri berasal dan dikembangkan oleh J. L. Moreno (1974) bahwa psikodrama adalah metode tindakan yang mendalam di mana orang memainkan adegan dari kehidupan mereka, dengan memberlakukan hubungan peristiwa, mimpi atau fantasi dalam upaya mendapatkan pemahaman dan perasaan yang lebih besar dan menemukan cara untuk menjalani kehidupan yang lebih memuaskan individu (Lambie, Safe, and Simmonds, 1997).

Upaya penanganan yang dapat dilakukan untuk membantu anak lamban belajar yang memiliki harga diri yang rendah yaitu menggunakan terapi psikodrama. Hinkle (2008) menggunakan terapi psikodrama dalam membantu anak untuk dapat mengeksplorasi dirinya dan mendapatkan anak dapat menemukan kreatifitas dan spontanitas dengan menghidupkan kembali hambatan baik didalam masalah interaksi atau mengenai diri sendiri.

Dengan memberikan pengalaman psikodrama pada anak lamban belajar dapat memicu spontanitas mereka dan dengan demikian membantu untuk berhubungan dengan beberapa perasaan secara terus menerus yang belum diakui yang terpendam tentang diri mereka sendiri dan terhadap satu sama lain (Farmer and Geller, 2006). Dan King (1984) beranggapan bahwa psikodrama dapat memberikan kesempatan untuk mengembalikan potensi umum yang ada pada pribadi anak tersebut.

B. Tujuan

Meningkatkan harga diri yang rendah pada anak lamban belajar dengan menggunakan terapi psikodrama

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA TERAPI PSIKODRAMA DAN HARGA DIRI

A. Konsep Utama Psikodrama

Moreno menjelaskan kepribadian merupakan peran perilaku yang dipelajari individu saat dia berkembang dan kemudian menyatu menjadi dirinya (Purwitasari, 2011). Dasar dari teori kepribadian moreno menganggap bahwa spontanitas dan kreativitas sebagai pusat fungsi manusia yang sehat dan kelompok sebagai agen penyembuhan yang pokok dalam diri individu (Dillen Dkk, 2009; Garcia, 1984). Sehingga didalam psikodrama berasumsi bahwa masalah terjadi ketika individu gagal untuk menjadi kreatif dan spontan, dengan demikian individu tidak dapat menyelesaikan masalah internal yang ada pada konflik eksternal dalam cara yang efektif (Hinkle, 2008).

Dari penjelasan kepribadian Moreno, dia memberikan konsep utama didalam menggambarkan psikodrama yaitu (Warre & Krik, 2011; Badaines, 2011) :

- (1) Konsep spontanitas yaitu respon seseorang didalam membuat situasi
- (2) Kreativitas yaitu cara seseorang menampilkan diri ke situasi baru
- (3) Situasi yaitu kedekatan dalam psikodrama dalam menampilkan masalah ketakutan masa lalu atau masa depan dan dibawa ke masa kini dalam kehidupan,
- (4) Tele yaitu pertukaran rasa simpati dan dukungan dalam situasi kelompok
- (5) Katarsis yaitu melepaskan dan mengekspresikan emosi
- (6) Wawasan yaitu restrukturisasi perasaan seseorang dengan menunjukkan pemahaman yang berbeda

B. Komponen Psikodrama

Komponen-komponen didalam penerapan psikodrama melibatkan semua orang yang terlibat dalam psikodrama, baik secara fungsi dan peran mempunyai posisi masing-masing (Fong, 2006). Untuk itu maka komponen itu (Farmer & Geller, 2006; Hinkle, 2008) yaitu :



(1) Panggung drama (*Stage*) merupakan tempat sebagai permainan psikodrama berlangsung sehingga panggung ini menggambarkan adalah kehidupan individu,



(2) Sutradara yang berperan adalah terapis itu sendiri yang berfungsi mengatur dan membuat skenario dan menjaga hubungan baik dengan semua orang yang terlibat



(3) yaitu Protagonis (*Protagonist*) adalah karakter utama dari drama yang menjadi fokus individu didalam terapi



(4) yaitu Pemeran Pembantu (*Auxilari Ego*) adalah anggota kelompok lain yang terdaftar untuk memainkan peran dalam drama yang disebut ego tambahan dan terakhir



(5) Penonton (*Audience*) dimana para penonton terdiri dari anggota-anggota kelompok lain yang kemungkinan individu memproyeksikan dirinya kedalam dunianya sendiri dan membangkitkan respon-respon dari teman-teman anggota kelompoknya sendiri

C. Teknik Dalam Psikodrama

Teknik-teknik didalam psikodrama mendukung tercapainya proses dalam setiap tahapan yang nantinya akan dilakukan (Karatas & Gökçakan, 2009), penggunaan waktu dan menyeleksi teknik-teknik tentang bagaimana perubahan terjadi dalam proses terapi adalah hal yang penting sehingga dengan begitu Moreno mengemukakan beberapa teknik (Karatas & Gökçakan, 2009; Scholl & Adcock, 2009; Farmer & Geller, 2006; Hinkle, 2008), yang dapat diterapkan didalam proses psikodrama sebagai berikut :

- Latihan Sociometric

Dalam latihan sociometric, individu diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial

mereka. Latihan ini berguna untuk meningkatkan diri dan kesadaran lainnya, serta tanggung jawab pribadi sehubungan dengan membuat pilihan sosial. Sosiometri membantu anggota kelompok melihat pilihan yang sedang dilakukan di seluruh setiap fase (Yaitu, pemanasan, tindakan, berbagi) dari proses psychodramatic. Sosiometri juga memberikan umpan balik individu mengenai pola mereka, preferensi, dan nilai-nilai untuk eksplorasi psychodramatic.

- Penyajian Peran (*Role presentation*)

Seseorang memperkenalkan diri dalam peran main sederhana yang memperlihatkan dirinya dalam kehidupan sehari-hari dan atau memperkenalkan diri secara simbolik melalui dramatisasi aspek-aspek yang berbeda dari pengalaman intrapsikik atau interpersonalnya.

- Teknik Ganda (*Double*),

Penggandaan adalah ketika ego tambahan memainkan bagian di dalam protagonis untuk membantu mereka mengekspresikan perasaan batin yang lebih jelas. Peran ganda merupakan suatu ego lain untuk protagonist. Peran pembantu menyatu dengan protagonist dengan cara menirukan gerakan-gerakannya, dan melalui cara mengungkapkan dirinya seolah-olah ia adalah peran utama. Ganda kemudian mengungkapkan pikiran, perasaan, dan impuls yang mereka percaya protagonis mungkin tidak sepenuhnya sadar atau siap untuk mengungkapkannya. Beberapa peran ganda dapat berbicara untuk aspek yang berbeda dari protagonis.

- Teknik Pembalikan Peran (*Role Reversal*)

Pembalikan peran adalah ketika dua orang di psikodrama yang berganti peran, menukar peran dengan orang lain dan melihat hubungan atau konflik melalui pandangan orang lain. Ini dapat digunakan ketika protagonis perlu berempati dengan karakter lain atau ketika protagonis menunjukkan bagaimana bertindak lain seperti orang yang signifikan dalam psikodrama. Dalam pengawasan, pembalikan peran dapat digunakan sama. Contohnya adalah ketika peran protagonis membalikkan dengan rekan / tambahan ego untuk menyaksikan apa perilaku yang mereka menampilkan untuk bersama di amati oleh kelompok

- Cermin (*Mirror*)

Suatu teknik umpan balik supaya protagonis melihat refleksi dirinya. ia memperhatikan seorang peran pembantu mengulang peristiwa yang baru saja diselesaikannya. Protagonis yang kemudian menjadi pengamat bahkan mungkin akan turun dari panggung untuk melihat dirinya secara obyektif dan seperti yang terlihat oleh orang lain.

- Soliloquy

Soliloquy adalah asosiasi bebas yang dipasangkan dengan gerakan-gerakan ekspresif yang dimana Protagonist berpura-pura sendiri dan tidak ada seorang pun yang mendengarkan pikiran dan perasaannya yang diungkapkan dengan keras. Kadang-kadang cukup untuk protagonis untuk menyelinap keluar dari peran untuk mengomentari apa yang dirasakan pada saat itu tetapi yang tidak akan mengatakan dalam adegan itu sendiri.

- Aside

Membolehkan protagonis untuk menyuarakan perasaan yang seakan-akan tidak tepat kalau diucapkan dengan keras, atau ia tidak mengatakannya dengan keras pada kehidupan nyatanya.

- Melantangkan (*Amplifying*)

Bentuk penyederhanaan doubling. Peran pembantu berkata lebih keras bahkan berteriak tentang apa yang telah dikatakan oleh peran utama yang disebut protagonis dalam psikodrama.

- Peneladanan (*Modeling*).

Pemeran pembantu menunjukkan protagonis pendekatan yang berbeda untuk efek tugas yang berbeda, seperti konfrontasi. Sebagai metode pelatihan peran protagonis diundang untuk mencoba dan berlatih peran-peran baru untuk membiarkan protagonis menemukan caranya sendiri.

Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu dan juga sutradara menanyakan secara langsung kepada protagonis (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.

D. Prosedur Penerapan Psikodrama

Proses psikodrama melibatkan tiga tahap yang dikoordinasikan oleh seorang terapis atau Sutradara (King, 1984; Karatas, 2011; Dayton and Nicholas, 2009; Scholl and Adcock, 2009; Duffy, 1990), sebagai berikut :

Tahap pertama Pemanasan (*Warm-up*)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi

Tahap kedua Berlakunya atau Tindakan (*action*)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik bermain peran, pembalikan peran dan penggandaan yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara (Tavon, 2010). Seseorang yang telah muncul dari pemanasan, baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain untuk memainkan peran dalam dramanya (*Auxiliary Ego*).

Tahap terakhir Berbagi (*Sharing*)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara, protagonis, pemeran pembantu dan penonton duduk dalam lingkaran, diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok

E. Pengertian Harga Diri

Harga diri adalah proses evaluasi yang ditujukan individu pada diri sendiri, yang nantinya berkaitan dengan proses penerimaan individu terhadap dirinya. Menurut Rosenberg (Emler, 2001) mengatakan self-esteem adalah sikap positif atau negatif individu ke arah diri sebagai suatu totalitas. Sedangkan menurut Coopersmith (1967) mengatakan bahwa harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Evaluasi ini menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar individu



percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, berharga menurut standart dan nilai pribadinya.

F. Faktor – faktor harga diri

1. Lingkungan Keluarga

DeHart, Pelham dan Temen (Baron, Branscombe, & Byne, 2008) mengemukakan bahwa individu dewasa muda yang dibesarkan orangtua dengan kasih sayang yang besar memiliki self-esteem yang lebih tinggi dibandingkan dewasa muda yang dibesarkan oleh orangtua yang sangat protektif dimasa remajanya akan meunjukkan self-esteem yang lebih rendah dibandingkan dewasa muda yang dibesarkan dengan rasa saling percaya pada masa remajanya.

2. Lingkungan Sosial

Coopersmith (1967) perubahan dalam harga diri yang dapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan mekanisme pertahanan diri. Kesuksesan tersebut dapat timbul melalu pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan.

3. Kondisi Fisik

Coopersmith (1967) menemukan adanya hubungan yang konsistensi antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

4. Gender

Major, Barr, Zubek dan Babey (Baron, Branscombe, & Byne, 2008) membandingkan self-esteem pada pria dan wanita. Sampel yang berjumlah 226 orang menunjukkan bahwa pria memiliki self-esteem yang lebih tinggi dari pada wanita. Dalam hasil penelitian ini disebabkan adanya kenyataan bahwa wanita memiliki status yang lebih rendah dan merupakan target utama dalam hal prasangka dibandingkan pria.

5. Pendidikan

Redenbach (Aryana, 2010) mengemukakan Self-esteem yang tinggi memiliki peran yang sangat penting dalam prestasi akademik, tanggung jawab sosial. Hal ini

didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Bulut, Gurkan, dan Sevil (Gozuyllmaz & Baran, 2010) bahwa semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, maka semakin rendah pula tingkat self-esteem yang ia miliki. Sebaliknya, sikap yang positif terhadap pendidikan akan menghasilkan kepercayaan diri pada seseorang serta tingginya self-esteem yang ia miliki. Menurut Rubie (Aryana, 2010) cara terbaik untuk meningkatkan prestasi siswa di sekolah adalah dengan meningkatkan self-esteem masing-masing siswa tersebut.

6. Penghasilan

Menurut Baruch et al (1983), self esteem merupakan salah satu karakteristik yang menentukan seseorang dalam memiliki pekerjaan yang baik. Seseorang akan merasa puas dengan pencapaiannya bila pekerjaan tersebut mampu memberikan penghargaan berupa penghasilan yang sesuai dengan usahanya sehingga hal ini mampu meningkatkan harga dirinya. Aro dan Nurmi (2007) menemukan dalam penelitiannya bahwa self-esteem yang tinggi menunjukkan bahwa seseorang akan memiliki pekerjaan yang permanen dalam 10 tahun mendatang, memiliki penghasilan yang tinggi, kepuasan bekerja, dan tingkat stres yang rendah.

G. Aspek – aspek harga diri

Coopersmith (1990) menyebutkan bahwa self-esteem terdiri dari empat aspek yaitu successes, values, aspirations, defenses (Hanana, 2015)

1. Keberhasilan (successes)

Keberhasilan adalah tingkat pencapaian yang tinggi, dengan tingkatan dan tugas yang bervariasi untuk setiap individu untuk setiap individu. Pemaknaan yang berbeda-beda terhadap keberhasilan ini disebabkan oleh faktor individu dalam memandang kesuksesan dirinya dan juga dipengaruhi oleh kondisi-kondisi budaya yang memberikan nilai pada bentuk-bentuk tertentu dari kesuksesan.

Contoh dalam situasi sosial, keberhasilan memaknakan dalam bentuk kekayaan, kekuasaan, penghormatan, independen dan kemandirian. Pada konteks situasi sosial yang lain, lebih dikembangkan makna ketidakberhasilan dalam bentuk

kemiskinan, ketidakberdayaan, penolakan, ketertarikan pada suatu bentuk ikatan sosial dan ketergantungan.

Terdapat empat tipe pengalaman berbeda yang mendefinisikan tentang keberhasilan. Kriteria untuk mendefinisikan keberhasilan adalah area power, area significance, area competence dan area virtue, yaitu :

a) Keberhasilan dalam area power

Keberhasilan ini diukur oleh kemampuan individu untuk mempengaruhi aksinya dengan mengontrol tingkah lakunya sendiri dan mempengaruhi orang lain. Dalam situasi tertentu, power tersebut muncul melalui pengakuan dan penghargaan yang diterima oleh individu dari orang lain dan melalui kualitas penilaian terhadap pendapat-pendapat dan hak-haknya. Efek dari pengakuan tersebut adalah menumbuhkan perasaan penghargaan (sense of appreciation) terhadap pandangannya sendiri dan mampu melawan tekanan untuk melakukan konformitas tanpa mempertimbangkan kebutuhan-kebutuhan dan pendapat-pendapatnya sendiri.

b) Keberhasilan dalam area significance

Keberhasilan ini diukur oleh adanya penerimaan, perhatian dan kasih yang ditunjukkan oleh orang lain. Ekspresi dari penghargaan dan minat terhadap individu tersebut termasuk dalam pengertian penerimaan (acceptance) dan popularitas, yang merupakan kebalikan dari penolakan dan isolasi. Penerimaan ditandai dengan kehangatan, responsifitas, minat dan menyukai individu apa adanya. Dampak utama dari masing-masing perlakuan dan kasih sayang tersebut adalah menumbuhkan perasaan berarti (sense of importance) dalam dirinya. Makin banyak orang menunjukkan kasih sayang, maka makin besar kemungkinan memiliki penilaian diri yang baik.

c) Keberhasilan dalam area competence

Keberhasilan ini ditandai oleh tingkatan pencapaian yang tinggi, dengan tingkatan, dan tugas yang bervariasi untuk tiap kelompok usia. White (coopersmith, 1990) menekankan pentingnya aktivitas spontan pada seorang anak dalam menumbuhkan perasaan mampu (feeling of efficacy) dan

pengalaman-pengalaman dalam pencapaian kemandirian dapat sangat memberikan penguatan terhadap nilai-nilai personalnya dan tidak tergantung pada kekuatan-kekuatan di luar dirinya

Menurut Coopersmith (1967) kompetensi diartikan individu memiliki usaha yang tinggi untuk meraih prestasi yang baik. Ditandai dengan mampu melaksanakan tugas atau tanggung jawab dengan baik, mampu menghadapi situasi sosial, mampu berprestasi dengan baik, mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, dan mampu mengambil keputusan sendiri.

d) Keberhasilan dalam area virtue

Menurut coopersmith (1990) keberhasilan ini ditandai oleh tingkah laku patuh pada kode etik, moral, prinsip-prinsip agama dan kepedulian terhadap orang lain. Orang yang mematuhi kode etik, agama dan kemudian menginternalisasikannya, menampilkan sikap diri yang positif dengan keberhasilan dalam pemenuhan terhadap tujuan-tujuan pengabdian terhadap nilai-nilai luhur. Perasaan berharga muncul diwarnai dengan sentien-sentimen keadilan, kejujuran dan pemenuhan terhadap hal-hal yang bersifat spiritual.

2) Nilai-nilai (values)

Setiap individu berbeda dalam memberikan pemaknaan terhadap keberhasilan yang ingin dicapai dalam beberapa area pengalaman dan perbedaan-perbedaan ini merupakan fungsi dari nilai-nilai yang diinternalisasikan dari orang tua dan figur-figur signifikan lainnya dalam hidup. Faktor-faktor seperti penerimaan (acceptance) dan respek dari orang tua merupakan sesuatu yang dapat memperkuat penerimaan nilai-nilai dari orang tua tersebut. Hal ini juga mengungkapkan bahwa kondisi-kondisi yang mempengaruhi pembentukan self-esteem akan berpengaruh pula dalam pembentukan nilai-nilai yang realistis dan stabil.

3) Aspirasi-aspirasi (aspirations)

Menurut coopersmith (1990), penilaian diri (self judgement) meliputi perbandingan antara performance dan kapasitas aktual dengan aspirasi dan standar

personalnya. Jika standar tersebut tercapai, khususnya dalam area tingkah laku yang bernilai, maka individu akan menyimpulkan bahwa dirinya adalah orang yang berharga.

Ada perbedaan esensial antara tujuan yang terikat secara sosial (public goals) dan tujuan yang bersifat self significant yang ditetapkan individu. Individu-individu yang berbeda tingkat self-esteemnya tidak akan berbeda dalam public goalnya, tetapi berbeda dalam personal ideals yang ditetapkan untuk dirinya sendiri. Individu dengan self-esteem tinggi menentukan tujuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu dengan self-esteem yang lebih rendah.

4) Pertahanan (defenses)

Defenses adalah kemampuan untuk mengeliminir stimulus yang mencemaskan, mampu menjaga ketenangan dan mampu mengevaluasi diri dan tingkah lakunya efektif. Menurut Coopersmith (1990), beberapa pengalaman dapat merupakan sumber evaluasi diri yang positif, namun ada pula yang menghasilkan penilaian diri yang negatif. Kenyataan ini tidak akan mudah diamati dan diukur pada tipe individu. Kenyataan ini merupakan bahan mentah yang digunakan dalam membuat penilaian, interpretasi terhadapnya tidaklah senantiasa seragam. Interpretasi akan bervariasi sesuai dengan karakteristik individu dalam mengatasi distress dan situasi ambigu serta dengan tujuan dan harapan-harapannya.

BAB III

PROSES PELAKSANAAN TERAPI PSIKODRAMA

A. Tempat Pelaksanaan

Pelaksanaan terapi psikodrama dapat dilakukan di sebuah ruangan dengan syarat suasana ruangan tenang dan bebas dari gangguan. Dalam setting pelaksanaan psikodrama membutuhkan sebuah panggung (*stage*) yang merupakan ruangan yang dapat mengeksplorasi setiap anggota secara bebas yang dimana panggung ini dapat menggambarkan kehidupan individu.

B. Waktu Pelaksanaan

Pelaksanaan terapi psikodrama untuk setiap sesi membutuhkan waktu 2 x 60 menit dan setiap sesi akan dilakukan lebih dari satu kali prosedur psikodrama yaitu warm-up, action, sharing dan rolling (mengulang kembali prosedur).

C. Komponen Kelompok

- 1) Anggota kelompok adalah remaja yang telah di screening sebagai anak lamban belajar yang bersekolah di tingkat menengah atas (SMA dan SMK) yang berstatus sekolah inklusi
- 2) Anggota kelompok sebanyak 10 siswa-siswi yang terbagi menjadi 5 siswa dan 5 siswi.
- 3) Setiap masing-masing anggota kelompok nantinya akan menjadi Protagonist, *Auxiliary Ego* (Pemeran pembantu) dan *Audience* (Penonton)

D. Proses Terapi Kelompok

Menurut Fleitman (2009) terapi kelompok dilakukan dengan sangat bersahabat, relaks, saling berbagi, terbuka dan tanpa tekanan dari lingkungan. Hal tersebut akan membantu remaja menciptakan hubungan baru antara anggota kelompok yang lain. Menciptakan terapi kelompok dengan suasana yang menyenangkan, bersahabat, santai membuat remaja tidak merasa tertekan sehingga suasana menjadi dinamis dan

interaktif. Sehingga segala permasalahan dapat tersampaikan dengan terbuka tanpa rasa takut dan malu kepada anggota yang lain.

E. Kriteria Terapis

Seorang terapis diharapkan memiliki kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor dalam memberikan terapinya sehingga terjadi perubahan pada klien sesuai dengan yang diharapkan. Keterampilan terapis sebagai seorang sutradara penting dalam mengatur jalannya psikodrama dan seorang sutradara dapat memilih teknik yang tepat untuk dapat membuat klien memainkan perannya dengan baik dan membuat klien dapat merespon dan menemukan kreatifitasnya dalam skenario yang telah dia ceritakan.

F. Peran Terapis

- 1) Terapis berperan sebagai sutradara dalam skenario psikodrama
- 2) Terapis yang berperan sebagai sutradara berfungsi mengatur dan membuat skenario
- 3) Terapis mengajarkan kepada setiap anggota mengenai prosedur dan teknik dalam psikodrama
- 4) Terapis berhak menunjuk anggota kelompok untuk berperan sebagai protagonis dan auxiliary ego
- 5) Terapis membantu menjaga hubungan baik dengan semua orang yang terlibat dalam psikodrama

G. Strategi Pelaksanaan

Modul terapi psikodrama ini terdiri dari Pra pelaksanaan, Perlakuan dan Pasca perlakuan. Dalam tahap perlakuan terbagi menjadi menjadi 5 Sesi, setiap sesi diawali dengan pembukaan dan setelah itu menerapkan prosedur psikodrama yaitu (1) warm-up (pemanasan), (2) action (tindakan) dan (3) sharing (berbagi). Berikut ini sesi-sesi pelaksanaan terapi psikodrama :

NO	PERTEMUAN	SESI	KEGIATAN	TEKNIK
1.	Pertemuan 1	Pra Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> - Perkenalan Diri - Menjelaskan Tujuan - Pengenalan Terapi Psikodrama - Ice Breaking - Mengisi <i>informed Consent</i> - Mengisi Riwayat Hidup - Melakukan Pretest skala harga diri - Penutup 	<ul style="list-style-type: none"> - Building Raport - Games Permainan Bentuk & Kata
2.	Pertemuan 2	Sesi 1 Perlakuan	Pembukaan <ul style="list-style-type: none"> - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 1 	<ul style="list-style-type: none"> - Games Permainan Bentuk & Kata - Relaksasi Pernapasan
			Warm-up (Pemanasan)	Asosiasi Bebas
			Action (Tindakan)	Bermain Peran & Dramatisir
			Sharing (Berbagi)	<ul style="list-style-type: none"> - Refleksi Diri Protagonis - Saran dan Tanggapan
			Rolling	

3.	Pertemuan 3	Sesi 2 Perlakuan	Pembukaan - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 2	Games Permainan Bentuk & Kata
			Warm-up (Pemanasan)	Asosiasi Bebas
			Action (Tindakan)	Bermain Peran & Dramatisir
			Sharing (Berbagi)	- Refleksi Diri Protagonis - Saran dan Tanggapan
			Rolling	
4.	Pertemuan 4	Sesi 3 Perlakuan	Pembukaan - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 3	Games Permainan Bentuk & Kata
			Warm-up (Pemanasan)	Asosiasi Bebas
			Action (Tindakan)	Bermain Peran & Dramatisir
			Sharing (Berbagi)	- Refleksi Diri Protagonis - Saran dan Tanggapan
			Rolling	

5.	Pertemuan 5	Sesi 4 Perlakuan	Pembukaan - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 4	Games Permainan Bentuk & Kata
			Warm-up (Pemanasan)	Asosiasi Bebas
			Action (Tindakan)	Bermain Peran & Dramatisir
			Sharing (Berbagi)	- Refleksi Diri Protagonis - Saran dan Tanggapan
			Rolling	
6.	Pertemuan 6	Sesi 5 Perlakuan	Pembukaan - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 5	Games Permainan Bentuk & Kata
			Warm-up (Pemanasan)	Asosiasi Bebas
			Action (Tindakan)	Bermain Peran & Dramatisir
			Sharing (Berbagi)	- Refleksi Diri Protagonis - Saran dan Tanggapan
			Rolling	

7.	Pertemuan 7	Pasca Perlakuan	Penutup & Follow Up	- Melakukan Posttest skala harga diri - Terminasi
----	-------------	--------------------	---------------------	--

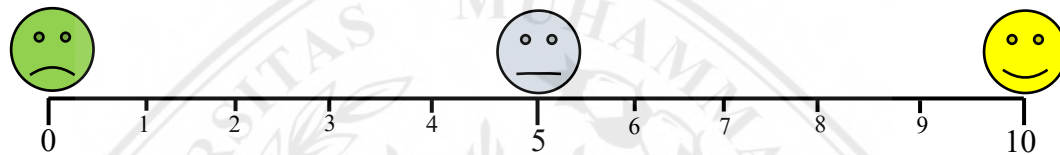
Pelaksanaan terapi psikodrama menggunakan form skenario untuk menuliskan data dari protagonis yang telah dipilih ataupun mengajukan dirinya untuk menceritakan kisah tentang dirinya. Form skenario psikodrama memudahkan sutradara untuk dapat mencatat jalannya terapi psikodrama yang nantinya akan menjadi bahan tinjauan dalam penggunaan teknik dan pemilihan auxiliary ego. Berikut form skenario psikodrama:



Form Skenario Psikodrama

Sutradara		Sesi / Waktu	
Protagonis		Skor Self Report	
		Sebelum	Sesudah
Cerita		Observasi	
<u>Teknik Psikodrama</u>			
Role Presentation (Penyajian Peran)	Double (Ganda)	Role Reversal (Pembalikkan Peran)	Mirror (cermin)
	Aside (P Melantangkan Perasaan)	Solilquy (asosiasi bebas)	Modeling (Peneladanan)
		Amplifying (A Melantangkan Perasaan)	
Auxilari Ego (Peran Pembantu)			
Audience			
Sharing			
<u>KESIMPULAN</u>			

Self report diberikan kepada masing-masing anggota yang terlibat didalam terapi psikodrama dalam setiap sesi berlangsung agar menjadi bahan bagi terapis atau sutradara dalam melakukan evaluasi didalam setiap sesi yang akan dilakukan. Teknik self report merupakan pengukuran sikap dimana anggota diminta memilih satu angka dari 0 – 10 dengan menggunakan emoticon sebagai gambaran perasaan sehingga menggambarkan perasaan anggota dalam melakukan terapi psikodrama. Gambaran angka 0 – 10 menggambarkan rentang angka paling rendah yaitu 0 perasaan tidak senang, sedih ataupun tidak setuju dan berlanjut rentang angka 10 paling tinggi merupakan perasaan sangat senang, gembira dan setuju. Berikut ini form self report :



Rentang angka 0 (perasaan tidak senang, sedih ataupun tidak setuju) – 10 (perasaan sangat senang, gembira dan setuju)

BAB VI

PROSEDUR PELAKSANAAN TERAPI PSIKODRAMA

Pada bab ini akan dijelaskan aplikasi dan strategi pelaksanaan terapi psikodrama pada masing-masing sesi dan bagaimana melakukannya.

PRA PERLAKUAN

Pada proses ini awalnya dilakukan pengenalan kepada seluruh anggota kelompok beserta terapis dan menjelaskan mengenai tujuan dan pelaksanaan terapi psikodrama. Seluruh anggota kelompok diminta untuk mengisi *informed consent* dan riwayat hidup mengenai dirinya dan peneliti melakukan pre-test dengan menyebarkan skala harga diri kepada seluruh anggota kelompok.

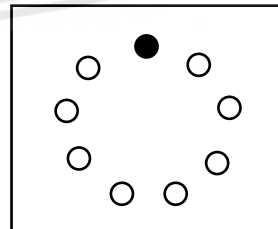
Tujuan

1. Terapis mendapatkan kepercayaan kepada seluruh anggota kelompok
2. Anggota kelompok mengetahui dan memahami proses pelaksanaan psikodrama
3. Seluruh anggota kelompok dapat mengenal satu dengan yang lainnya
4. Mendapatkan data kondisi awal (Pretest) harga diri seluruh anggota kelompok

Setting

1. Ruang kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis
○ = Anggota



Alat

1. Skala harga diri
2. Form riwayat hidup (RH)
3. Form *Informed Consent*

4. Name tag
5. Alat tulis
6. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Melakukan screening terhadap masing-masing anggota
2. Membuat kontrak dengan anggota bahwa terapi akan dilaksanakan secara berkelompok dalam 5 sesi dengan 7 pertemuan, dimana setiap pertemuan dilakukan 1 kali sesi terapi psikodrama dan waktu pelaksanaan masing-masing sesi selama $\pm 2 \times 60$ menit.
3. Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan

B. Pelaksanaan

1. Orientasi
 - a. Perkenalan
 - 1) Terapis memperkenalkan diri
 - 2) Terapis memberikan sebuah games lempar balon untuk pengenalan seluruh anggota.
 - 3) Anggota yang menangkap balon dipersilahkan menyebutkan nama lengkap, nama panggilan, sekolah, kelas dan hoby.
 - b. Kontrak
 - 1) Menyepakati pelaksanaan terapi psikodrama sebanyak 7 kali pertemuan
 - 2) Menyepakati waktu dan tempat pelaksanaan
 - 3) Menyepakati dapat mengikuti setiap proses pelaksanaan terapi psikodrama
 - 4) Menyepakati setiap informasi didalam proses terapi psikodrama bersifat rahasia
 - 5) Terapis menjelaskan tata tertib sebagai berikut:
 - a) Lama kegiatan berlangsung $\pm 2 \times 60$ menit

- b) Setiap anggota diharapkan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.
- c) Berpakaian yang nyaman dan sopan
- d) Meminta izin kepada terapis jika anggota akan meninggalkan kelompok
- e) Diharapkan datang tepat waktu

2. Implementasi

- a. Menjelaskan dan mengajarkan terapi psikodrama
 - 1) Terapis menjelaskan psikodrama
 - 2) Menjelaskan manfaat yang ada dalam terapi psikodrama
 - 3) Menjelaskan peran-peran yang ada dalam psikodrama yaitu sutradara, protagonis, auxiliary ego dan audience.
 - 4) Menjelaskan tahapan prosedur yang ada didalam terapi psikodrama yaitu warm-up, action dan sharing.
 - 5) Ice breaking
 - 6) Menjelaskan dan mengajarkan teknik-teknik dalam terapi psikodrama
 - 7) Memutar video-video psikodrama
 - 8) Role play prosedur psikodrama
- b. Mengisi skala harga diri, riwayat hidup dan *informed consent*.

3. Penutup

- a. Mengakhiri pertemuan pertama yaitu pra perlakuan
- b. Mengingatkan untuk pertemuan selanjutnya yaitu perlakuan dalam sesi pertama terapi.
- c. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

PERLAKUAN

Dalam proses ini dilakukan terapi psikodrama dalam 7 kali pertemuan dengan 5 kali sesi dan didalam sesi terdapat 3 tahapan terapi psikodrama *warm-up*, *action*, *sharing* dan setiap dalam 1 kali pertemuan dilakukan *rolling* untuk mengulang kembali

tahapan psikodrama untuk mendapatkan protagonis dari anggota kelompok dan alur cerita yang baru untuk diperankan dan didramatisirkan.

SESI 1

Tujuan

Mencapai dalam aspek harga diri area competence dan berhasil dalam area virtue.

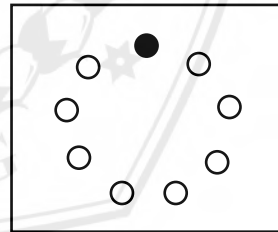
1. Mampu menghadapi situasi sosial
2. Mampu menumbuhkan kepedulian terhadap orang lain
3. Mampu menceritakan dan berbagi masalahnya dengan orang lain
4. Mampu memahami masalah yang dihadapi
5. Mampu menumbuhkan tingkah laku patuh pada kode etik, moral, prinsip-prinsip agama.
6. Mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dan mampu mengambil keputusan sendiri.

Setting

1. Ruang kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis

○ = Anggota



Alat

1. Form skenario psikodrama
2. Form Self report
3. Name tag
4. Alat tulis
5. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Mempersiapkan alat dan bahan terapi
2. Mengkondisikan ruangan yang kondusif dan nyaman.
3. Melist anggota kelompok yang terlibat dalam terapi

B. Pelaksanaan

1. Orientasi

a. Pembukaan

1) Terapis menyambut seluruh anggota kelompok dan mengabsen anggota kelompok

2) Terapis mengingatkan akan kontrak dan tata tertib yang telah disepakati

3) Terapis kembali menjelaskan terapi psikodrama, stage psikodrama dan teknik psikodrama.

4) Terapis memberikan pemahaman bahwa nantinya akan ada komponen-komponen peran dalam psikodrama, yaitu:

- | | |
|--|-------------------------------|
| - Sutradara | : Terapis |
| - Protagonis (<i>Protagonist</i>) | : Siswa-siswi |
| - Pemeran Pembantu (<i>Auxilari Ego</i>) | : Siswa-siswi |
| - Penonton (<i>Audince</i>) | : Tim terapis dan Siswa-siswi |

5) Memberikan self report kepada seluruh anggota

6) Terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games (games dikondisikan)

2. Implementasi

a. Warm-up (Pemanasan)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi.

- 1) Terapis memancing anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalahnya dengan cara terapis menceritakan sebuah masalah mengenai diri terapis atau orang lain yang sama dengan permasalahan yang di hadapi oleh masing-masing anggota kelompok
- 2) Terapis mempersilahkan salah satu anggota kelompok untuk bercerita mengenai masalahnya.
- 3) Terapis memberikan peran protagonist (pemeran utama) kepada anggota yang menceritakan masalahnya dan mengajaknya untuk mendramatisirkan masalahnya dalam stage action (tindakan)
- 4) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang di hadapi maka terapis menggunakan teknik kursi kosong. Terapis menempatkan sebuah kursi kosong ditengah-tengah lingkaran dan mengajak satu persatu anggota untuk bercerita didepan kursi tersebut dengan membayangkan seseorang atau sesuatu hal yang mereka tidak sukai.
- 5) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang di hadapi maka terapis menggunakan latihan sociometric, yaitu anggota diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial mereka.
- 6) Setelah salah satu anggota menceritakan mengenai masalahnya, terapis berhak menunjuk salah satu anggota untuk menjadi protagonist (pemeran utama) dan akan berlanjut dalam stage action (tindakan)
- 7) Terapis telah mendapatkan skenario permasalahan, menetapkan peran figur-figur orang yang akan dimunculkan, jalan cerita permasalahan yang akan di dramatisir dan terapis berganti peran menjadi sutradara.

b. Action (Tindakan)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik-teknik antara lain bermain peran, pembalikan peran dan penggantian yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari

keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara. Seseorang yang telah muncul dari warm-up (pemanasan), baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain sebagai *Auxilari Ego* untuk memainkan peran dalam dramanya.

- 1) Sutradara (terapis) mempersilahkan protagonis untuk berada ditengah-tengah lingkaran.
- 2) Sutradara (terapis) mereview cerita yang dihadapi oleh protagonis agar para anggota yang lainnya mengetahui permasalahan yang di hadapi protagonis.
- 3) Protagonis dipersilahkan menunjuk anggota kelompok yang lain untuk menjadi auxiliary ego (pemeran pembantu) untuk dapat membantu mendramatisirkan skenario protagonis.
 - Protagonis memilih auxiliary ego berdasarkan figur yang ada dalam ceritanya (ex: Ayah, ibu, keluarga, teman sebaya, guru dll)
 - Protagonis (biasanya) memilih auxiliary ego berdasarkan ciri-ciri yang sama yang ada dalam diri figur yang ingin dia tampilkan kedalam ceritanya.
 - Protagonis berhak memunculkan figur auxiliary ego di awal, di pertengahan cerita dan di akhir cerita.
- 4) Sutradara (terapis) memilih teknik-teknik psikodrama untuk dapat membuat protagonis memerankan adegannya dengan mengeksplorasi masalahnya.
 - Teknik psikodrama yaitu (1) Penyajian peran (2) Teknik Ganda (3) Teknik pembalikan peran (4) Cermin (5) Solilquy (6) Aside (7) Melantangkan (8) Peneladanan
 - Teknik yang digunakan dapat lebih dari satu teknik (sesuai kebutuhan)

- Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu.
- 5) Sutradara (terapis) dapat menanyakan secara langsung kepada protagonis teknik yang ingin digunakan (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.
- 6) Sutradara berhak menunjuk sendiri auxiliary ego agar dapat menjalankan teknik yang akan digunakan.
- 7) Stage action diakhiri ketika protagonis telah mendapatkan insight, katarsis dalam perannya, telah merespon secara spontanitas dan kreatifitas masalah yang dia hadapi atau tidak sanggup lagi memerankan ceritanya.

c. Sharing (Berbagi)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara (terapis), protagonis (pemeran utama), auxiliary ego (pemeran pembantu) dan audience (penonton), diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok.

- 1) Terapis mempersilahkan kepada protagonis untuk menceritakan terkait perasaan, pengalaman atau apa yang timbul dari stage action yang telah dia lewati.
- 2) Terapis mempersilahkan kepada anggota lain memberikan respon kepada skenario, yang telah didramatisirkan atau protagonis (namun anggota lain diharapkan memberikan respon yang positif).
- 3) Terapis menanyakan perasaan kepada masing-masing anggota terkait skenario yang telah didramatisirkan.

d. Rolling (Mengulang prosedur stage psikodrama)

Terapis mengulang kembali prosedur stage psikodrama yaitu (a) warm-up, (b) action dan (c) sharing dengan maksud setiap anggota kelompok dapat menjadi protagonis menceritakan masalahnya dan mendramatisirkan permasalahannya.

3. Penutup

- a. Mengakhiri pertemuan kedua yaitu perlakuan sesi 1
- b. Terapis memberikan self-report kepada setiap anggota
- c. Mengingatkan kepada setiap anggota untuk pertemuan selanjutnya yaitu perlakuan dalam sesi kedua terapi.
- d. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

SESI 2

Tujuan

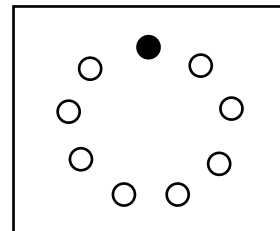
Mencapai dalam aspek harga diri area power dan berhasil dalam area significance.

1. Mampu membuat dirinya mempengaruhi aksinya dengan mengontrol tingkah lakunya sendiri dan mempengaruhi orang lain
2. Mampu menumbuhkan perasaan yang berarti (sense of importance) dalam dirinya dan kepada orang lain.
3. Menyadari perhatian dan kasih yang ditunjukkan oleh orang lain
4. Mampu menghindari penolakan dalam dirinya dan tidak mengisolasi perasaannya.

Setting

1. Ruangan kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis
○ = Anggota



Alat

1. Form skenario psikodrama
2. Form Self report
3. Name tag
4. Alat tulis
5. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Mempersiapkan alat dan bahan terapi
2. Mengkondisikan ruangan yang kondusif dan nyaman.
3. Melist anggota kelompok yang terlibat dalam terapi

B. Pelaksanaan

1. Orientasi

a. Pembukaan

1) Terapis menyambut seluruh anggota kelompok dan mengabsen anggota kelompok

2) Terapis mengingatkan akan kontrak dan tata tertib yang telah disepakati

3) Terapis kembali menjelaskan terapi psikodrama, stage psikodrama dan teknik psikodrama.

4) Terapis memberikan pemahaman bahwa nantinya akan ada komponen-komponen peran dalam psikodrama, yaitu:

- | | |
|--|---------------|
| - Sutradara | : Terapis |
| - Protagonis (<i>Protagonist</i>) | : Siswa-siswi |
| - Pemeran Pembantu (<i>Auxilari Ego</i>) | : Siswa-siswi |

- Penonton (*Audience*)

: Tim terapis dan Siswa-siswi

5) Memberikan self report kepada seluruh anggota

6) Terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games (games dikondisikan)

2. Implementasi

a. Warm-up (Pemanasan)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi.

- 1) Terapis memancing anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalahnya dengan cara terapis merefleksikan sesi sebelumnya.
- 2) Terapis mempersilahkan salah satu anggota kelompok untuk bercerita mengenai masalahnya.
- 3) Terapis memberikan peran protagonist (pemeran utama) kepada anggota yang menceritakan masalahnya dan mengajaknya untuk mendramatisirkan masalahnya dalam stage action (tindakan)
- 4) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan teknik kursi kosong. Terapis menempatkan sebuah kursi kosong ditengah-tengah lingkaran dan mengajak satu persatu anggota untuk bercerita didepan kursi tersebut dengan membayangkan seseorang atau sesuatu hal yang mereka tidak sukai.
- 5) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan latihan sociometric, yaitu anggota diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial mereka.

- 6) Setelah salah satu anggota menceritakan mengenai masalahnya, terapis berhak menunjuk salah satu anggota untuk menjadi protagonis (pemeran utama) dan akan berlanjut dalam stage action (tindakan)
- 7) Terapis telah mendapatkan skenario permasalahan, menetapkan peran figur-figur orang yang akan dimunculkan, jalan cerita permasalahan yang akan di dramatisir dan terapis berganti peran menjadi sutradara.

b. Action (Tindakan)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik-teknik antara lain bermain peran, pembalikan peran dan penggandaan yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara. Seseorang yang telah muncul dari warm-up (pemanasan), baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain sebagai *Auxilari Ego* untuk memainkan peran dalam dramanya.

- 1) Sutradara (terapis) mempersilahkan protagonis untuk berada ditengah-tengah lingkaran.
 - 2) Sutradara (terapis) mereview cerita yang dihadapi oleh protagonis agar para anggota yang lainnya mengetahui permasalahan yang di hadapi protagonis.
 - 3) Protagonis dipersilahkan menunjuk anggota kelompok yang lain untuk menjadi auxiliary ego (pemeran pembantu) untuk dapat membantu mendramatisir skenario protagonis.
- Protagonis memilih auxiliary ego berdasarkan figur yang ada dalam ceritanya (ex: Ayah, ibu, keluarga, teman sebaya, guru dll)
 - Protagonis (biasanya) memilih auxiliary ego berdasarkan ciri-ciri yang sama yang ada dalam diri figur yang ingin dia tampilkan kedalam ceritanya.

- Protagonis berhak memunculkan figur auxiliary ego di awal, di pertengahan cerita dan di akhir cerita.
- 4) Sutradara (terapis) memilih teknik-teknik psikodrama untuk dapat membuat protagonis memerankan adegannya dengan mengeksplorasi masalahnya.
- Teknik psikodrama yaitu (1) Penyajian peran (2) Teknik Ganda (3) Teknik pembalikan peran (4) Cermin (5) Soliloquy (6) Aside (7) Melantangkan (8) Peneladanan
- Teknik yang digunakan dapat lebih dari satu teknik (sesuai kebutuhan)
- Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu.
- 5) Sutradara (terapis) dapat menanyakan secara langsung kepada protagonis teknik yang ingin digunakan (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.
- 6) Sutradara berhak menunjuk sendiri auxiliary ego agar dapat menjalankan teknik yang akan digunakan.
- 7) Stage action diakhiri ketika protagonis telah mendapatkan insight, katarsis dalam perannya, telah merespon secara spontanitas dan kreatifitas masalah yang dia hadapi atau tidak sanggup lagi memerankan ceritanya.

c. Sharing (Berbagi)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara (terapis), protagonis (pemeran utama), auxiliary ego (pemeran pembantu) dan audience (penonton), diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok.

- 1) Terapis mempersilahkan kepada protagonis untuk menceritakan terkait perasaan, pengalaman atau apa yang timbul dari stage action yang telah dia lewati.
- 2) Terapis mempersilahkan kepada anggota lain memberikan respon kepada skenario, yang telah didramatisirkan atau protagonis (namun anggota lain diharapkan memberikan respon yang positif).
- 3) Terapis menanyakan perasaan kepada masing-masing anggota terkait skenario yang telah didramatisirkan.

d. Rolling (Mengulang prosedur stage psikodrama)

Terapis mengulang kembali prosedur stage psikodrama yaitu (a) warm-up, (b) action dan (c) sharing dengan maksud setiap anggota kelompok dapat menjadi protagonis menceritakan masalahnya dan mendramatisirkan permasalahannya.

3. Penutup

- a. Mengakhiri pertemuan kedua yaitu perlakuan sesi 2
- b. Terapis memberikan self-report kepada setiap anggota
- c. Mengingatkan kepada setiap anggota untuk pertemuan selanjutnya yaitu perlakuan dalam sesi ketiga terapi.
- d. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

SESI 3

Tujuan

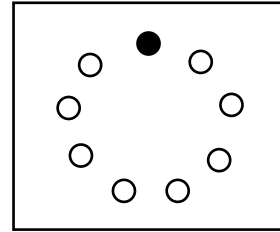
Mencapai dalam aspek harga diri defense (pertahanan).

1. Mampu mengatasi stimulus yang mencemaskan
2. Mampu menjaga ketenangan dalam menghadapi masalahnya
3. Mampu mengevaluasi diri
4. Mampu bertindak laku yang tepat dalam menghadapi masalah

Setting

1. Ruang kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis
○ = Anggota



Alat

1. Form skenario psikodrama
2. Form Self report
3. Name tag
4. Alat tulis
5. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Mempersiapkan alat dan bahan terapi
2. Mengkondisikan ruangan yang kondusif dan nyaman.
3. Melist anggota kelompok yang terlibat dalam terapi

B. Pelaksanaan

1. Orientasi

a. Pembukaan

- 1) Terapis menyambut seluruh anggota kelompok dan mengabsen anggota kelompok
- 2) Terapis mengingatkan akan kontrak dan tata tertib yang telah disepakati
- 3) Terapis kembali menjelaskan terapi psikodrama, stage psikodrama dan teknik psikodrama.
- 4) Terapis memberikan pemahaman bahwa nantinya akan ada komponen-komponen peran dalam psikodrama, yaitu:

- Sutradara

: Terapis

- Protagonis (*Protagonist*) : Siswa-siswi
- Pemeran Pembantu (*Auxilari Ego*) : Siswa-siswi
- Penonton (*Audince*) : Tim terapis dan Siswa-siswi

5) Memberikan self report kepada seluruh anggota

6) Terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games (games dikondisikan)

2. Implementasi

a. Warm-up (Pemanasan)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi.

- 1) Terapis memancing anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalahnya dengan cara terapis merefleksikan sesi sebelumnya.
- 2) Terapis mempersilahkan salah satu anggota kelompok untuk bercerita mengenai masalahnya.
- 3) Terapis memberikan peran protagonist (pemeran utama) kepada anggota yang menceritakan masalahnya dan mengajaknya untuk mendramatisirkan masalahnya dalam stage action (tindakan)
- 4) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan teknik kursi kosong. Terapis menempatkan sebuah kursi kosong ditengah-tengah lingkaran dan mengajak satu persatu anggota untuk bercerita didepan kursi tersebut dengan membayangkan seseorang atau sesuatu hal yang mereka tidak sukai.
- 5) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan latihan sociometric, yaitu anggota diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial mereka.

- 6) Setelah salah satu anggota menceritakan mengenai masalahnya, terapis berhak menunjuk salah satu anggota untuk menjadi protagonis (pemeran utama) dan akan berlanjut dalam stage action (tindakan)
- 7) Terapis telah mendapatkan skenario permasalahan, menetapkan peran figur-figur orang yang akan dimunculkan, jalan cerita permasalahan yang akan di dramatisir dan terapis berganti peran menjadi sutradara.

b. Action (Tindakan)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik-teknik antara lain bermain peran, pembalikan peran dan penggandaan yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara. Seseorang yang telah muncul dari warm-up (pemanasan), baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain sebagai *Auxilari Ego* untuk memainkan peran dalam dramanya.

- 1) Sutradara (terapis) mempersilahkan protagonis untuk berada ditengah-tengah lingkaran.
 - 2) Sutradara (terapis) mereview cerita yang dihadapi oleh protagonis agar para anggota yang lainnya mengetahui permasalahan yang di hadapi protagonis.
 - 3) Protagonis dipersilahkan menunjuk anggota kelompok yang lain untuk menjadi auxiliary ego (pemeran pembantu) untuk dapat membantu mendramatisir skenario protagonis.
- Protagonis memilih auxiliary ego berdasarkan figur yang ada dalam ceritanya (ex: Ayah, ibu, keluarga, teman sebaya, guru dll)
 - Protagonis (biasanya) memilih auxiliary ego berdasarkan ciri-ciri yang sama yang ada dalam diri figur yang ingin dia tampilkan kedalam ceritanya.

- Protagonis berhak memunculkan figur auxiliary ego di awal, di pertengahan cerita dan di akhir cerita.
- 4) Sutradara (terapis) memilih teknik-teknik psikodrama untuk dapat membuat protagonis memerankan adegannya dengan mengeksplorasi masalahnya.
- Teknik psikodrama yaitu (1) Penyajian peran (2) Teknik Ganda (3) Teknik pembalikan peran (4) Cermin (5) Soliloquy (6) Aside (7) Melantangkan (8) Peneladanan
- Teknik yang digunakan dapat lebih dari satu teknik (sesuai kebutuhan)
- Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu.
- 5) Sutradara (terapis) dapat menanyakan secara langsung kepada protagonis teknik yang ingin digunakan (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.
- 6) Sutradara berhak menunjuk sendiri auxiliary ego agar dapat menjalankan teknik yang akan digunakan.
- 7) Stage action diakhiri ketika protagonis telah mendapatkan insight, katarsis dalam perannya, telah merespon secara spontanitas dan kreatifitas masalah yang dia hadapi atau tidak sanggup lagi memerankan ceritanya.

c. Sharing (Berbagi)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara (terapis), protagonis (pemeran utama), auxiliary ego (pemeran pembantu) dan audience (penonton), diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok.

- 1) Terapis mempersilahkan kepada protagonis untuk menceritakan terkait perasaan, pengalaman atau apa yang timbul dari stage action yang telah dia lewati.
- 2) Terapis mempersilahkan kepada anggota lain memberikan respon kepada skenario, yang telah didramatisirkan atau protagonis (namun anggota lain diharapkan memberikan respon yang positif).
- 3) Terapis menanyakan perasaan kepada masing-masing anggota terkait skenario yang telah didramatisirkan.

d. Rolling (Mengulang prosedur stage psikodrama)

Terapis mengulang kembali prosedur stage psikodrama yaitu (a) warm-up, (b) action dan (c) sharing dengan maksud setiap anggota kelompok dapat menjadi protagonis menceritakan masalahnya dan mendramatisirkan permasalahannya.

3. Penutup

- e. Mengakhiri pertemuan kedua yaitu perlakuan sesi 3
- f. Terapis memberikan self-report kepada setiap anggota
- g. Mengingatkan kepada setiap anggota untuk pertemuan selanjutnya yaitu perlakuan dalam sesi keempat terapi.
- h. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

SESI 4

Tujuan

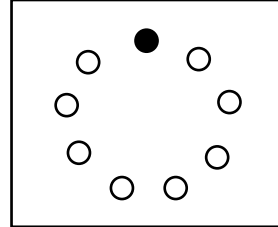
Mencapai dalam aspek harga diri values (nilai-nilai)

1. Mampu menerima nilai-nilai dari orang tua dan teman sebaya
2. Mampu mencapai nilai-nilai dari teman sebaya dan orang sekitarnya

Setting

1. Ruang kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis
○ = Anggota



Alat

1. Form skenario psikodrama
2. Form Self report
3. Name tag
4. Alat tulis
5. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Mempersiapkan alat dan bahan terapi
2. Mengkondisikan ruangan yang kondusif dan nyaman.
3. Melist anggota kelompok yang terlibat dalam terapi

B. Pelaksanaan

1. Orientasi

a. Pembukaan

1) Terapis menyambut seluruh anggota kelompok dan mengabsen anggota kelompok

2) Terapis mengingatkan akan kontrak dan tata tertib yang telah disepakati

3) Terapis kembali menjelaskan terapi psikodrama, stage psikodrama dan teknik psikodrama.

4) Terapis memberikan pemahaman bahwa nantinya akan ada komponen-komponen peran dalam psikodrama, yaitu:

- Sutradara

: Terapis

- Protagonis (*Protagonist*) : Siswa-siswi
- Pemeran Pembantu (*Auxilari Ego*) : Siswa-siswi
- Penonton (*Audince*) : Tim terapis dan Siswa-siswi

5) Memberikan self report kepada seluruh anggota

6) Terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games (games dikondisikan)

2. Implementasi

a. Warm-up (Pemanasan)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi.

- 1) Terapis memancing anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalahnya dengan cara terapis merefleksikan sesi sebelumnya.
- 2) Terapis mempersilahkan salah satu anggota kelompok untuk bercerita mengenai masalahnya.
- 3) Terapis memberikan peran protagonist (pemeran utama) kepada anggota yang menceritakan masalahnya dan mengajaknya untuk mendramatisirkan masalahnya dalam stage action (tindakan)
- 4) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan teknik kursi kosong. Terapis menempatkan sebuah kursi kosong ditengah-tengah lingkaran dan mengajak satu persatu anggota untuk bercerita didepan kursi tersebut dengan membayangkan seseorang atau sesuatu hal yang mereka tidak sukai.
- 5) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan latihan sociometric, yaitu anggota diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial mereka.

- 6) Setelah salah satu anggota menceritakan mengenai masalahnya, terapis berhak menunjuk salah satu anggota untuk menjadi protagonis (pemeran utama) dan akan berlanjut dalam stage action (tindakan)
- 7) Terapis telah mendapatkan skenario permasalahan, menetapkan peran figur-figur orang yang akan dimunculkan, jalan cerita permasalahan yang akan di dramatisir dan terapis berganti peran menjadi sutradara.

b. Action (Tindakan)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik-teknik antara lain bermain peran, pembalikan peran dan penggandaan yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara. Seseorang yang telah muncul dari warm-up (pemanasan), baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain sebagai *Auxilari Ego* untuk memainkan peran dalam dramanya.

- 1) Sutradara (terapis) mempersilahkan protagonis untuk berada ditengah-tengah lingkaran.
 - 2) Sutradara (terapis) mereview cerita yang dihadapi oleh protagonis agar para anggota yang lainnya mengetahui permasalahan yang di hadapi protagonis.
 - 3) Protagonis dipersilahkan menunjuk anggota kelompok yang lain untuk menjadi auxiliary ego (pemeran pembantu) untuk dapat membantu mendramatisir skenario protagonis.
- Protagonis memilih auxiliary ego berdasarkan figur yang ada dalam ceritanya (ex: Ayah, ibu, keluarga, teman sebaya, guru dll)
 - Protagonis (biasanya) memilih auxiliary ego berdasarkan ciri-ciri yang sama yang ada dalam diri figur yang ingin dia tampilkan kedalam ceritanya.

- Protagonis berhak memunculkan figur auxiliary ego di awal, di pertengahan cerita dan di akhir cerita.
- 4) Sutradara (terapis) memilih teknik-teknik psikodrama untuk dapat membuat protagonis memerankan adegannya dengan mengeksplorasi masalahnya.
- Teknik psikodrama yaitu (1) Penyajian peran (2) Teknik Ganda (3) Teknik pembalikan peran (4) Cermin (5) Soliloquy (6) Aside (7) Melantangkan (8) Peneladanan
- Teknik yang digunakan dapat lebih dari satu teknik (sesuai kebutuhan)
- Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu.
- 5) Sutradara (terapis) dapat menanyakan secara langsung kepada protagonis teknik yang ingin digunakan (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.
- 6) Sutradara berhak menunjuk sendiri auxiliary ego agar dapat menjalankan teknik yang akan digunakan.
- 7) Stage action diakhiri ketika protagonis telah mendapatkan insight, katarsis dalam perannya, telah merespon secara spontanitas dan kreatifitas masalah yang dia hadapi atau tidak sanggup lagi memerankan ceritanya.

c. Sharing (Berbagi)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara (terapis), protagonis (pemeran utama), auxiliary ego (pemeran pembantu) dan audience (penonton), diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok.

- 1) Terapis mempersilahkan kepada protagonis untuk menceritakan terkait perasaan, pengalaman atau apa yang timbul dari stage action yang telah dia lewati.
- 2) Terapis mempersilahkan kepada anggota lain memberikan respon kepada skenario, yang telah didramatisirkan atau protagonis (namun anggota lain diharapkan memberikan respon yang positif).
- 3) Terapis menanyakan perasaan kepada masing-masing anggota terkait skenario yang telah didramatisirkan.

d. Rolling (Mengulang prosedur stage psikodrama)

Terapis mengulang kembali prosedur stage psikodrama yaitu (a) warm-up, (b) action dan (c) sharing dengan maksud setiap anggota kelompok dapat menjadi protagonis menceritakan masalahnya dan mendramatisirkan permasalahannya.

3. Penutup

- a. Mengakhiri pertemuan kedua yaitu perlakuan sesi 4
- b. Terapis memberikan self-report kepada setiap anggota
- c. Mengingatkan kepada setiap anggota untuk pertemuan selanjutnya yaitu perlakuan dalam sesi kelima terapi.
- d. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

SESI 5

Tujuan

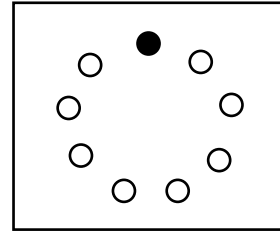
Mencapai dalam aspek harga diri aspiration (Aspirasi-aspirasi)

1. Mampu menerima kenyataan pada standar personalnya mengenai performance dan kapasitas aktualnya
2. Mampu membuat harapan-harapan yang realistis
3. Adanya usaha untuk mencapai keberhasilan atau untuk mengoreksi dirinya

Setting

1. Ruangan kondusif, nyaman dan tenang
2. Terapis dan klien duduk bersama dalam sebuah lingkaran

● = Terapis
○ = Anggota



Alat

1. Form skenario psikodrama
2. Form Self report
3. Name tag
4. Alat tulis
5. Speaker dan LCD

Langkah-langkah kegiatan

A. Persiapan

1. Mempersiapkan alat dan bahan terapi
2. Mengkondisikan ruangan yang kondusif dan nyaman.
3. Melist anggota kelompok yang terlibat dalam terapi

B. Pelaksanaan

1. Orientasi

a. Pembukaan

- 1) Terapis menyambut seluruh anggota kelompok dan mengabsen anggota kelompok
- 2) Terapis mengingatkan akan kontrak dan tata tertib yang telah disepakati
- 3) Terapis kembali menjelaskan terapi psikodrama, stage psikodrama dan teknik psikodrama.
- 4) Terapis memberikan pemahaman bahwa nantinya akan ada komponen-komponen peran dalam psikodrama, yaitu:

- Sutradara

: Terapis

- Protagonis (*Protagonist*) : Siswa-siswi
- Pemeran Pembantu (*Auxilari Ego*) : Siswa-siswi
- Penonton (*Audince*) : Tim terapis dan Siswa-siswi

5) Memberikan self report kepada seluruh anggota

6) Terapis mengajak seluruh anggota kelompok untuk bermain games (games dikondisikan)

2. Implementasi

a. Warm-up (Pemanasan)

Dimana tahap ini membantu anggota kelompok untuk fokus pada masalah yang dia hadapi saat ini dan sekarang, sehingga merangsang untuk melakukan asosiasi bebas untuk mengeksplorasi masalah yang sedang dia hadapi.

- 1) Terapis memancing anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalahnya dengan cara terapis merefleksikan sesi sebelumnya.
- 2) Terapis mempersilahkan salah satu anggota kelompok untuk bercerita mengenai masalahnya.
- 3) Terapis memberikan peran protagonist (pemeran utama) kepada anggota yang menceritakan masalahnya dan mengajaknya untuk mendramatisirkan masalahnya dalam stage action (tindakan)
- 4) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan teknik kursi kosong. Terapis menempatkan sebuah kursi kosong ditengah-tengah lingkaran dan mengajak satu persatu anggota untuk bercerita didepan kursi tersebut dengan membayangkan seseorang atau sesuatu hal yang mereka tidak sukai.
- 5) **Jika**, seluruh anggota tidak berkenan menceritakan masalah yang dia hadapi maka terapis menggunakan latihan sociometric, yaitu anggota diperbolehkan untuk memilih tempat untuk menempatkan diri mereka untuk secara fisik menunjukkan pilihan psikososial mereka.

- 6) Setelah salah satu anggota menceritakan mengenai masalahnya, terapis berhak menunjuk salah satu anggota untuk menjadi protagonis (pemeran utama) dan akan berlanjut dalam stage action (tindakan)
- 7) Terapis telah mendapatkan skenario permasalahan, menetapkan peran figur-figur orang yang akan dimunculkan, jalan cerita permasalahan yang akan di dramatisir dan terapis berganti peran menjadi sutradara.

b. Action (Tindakan)

Dalam tahap ini diberlakukannya bagian dari sesi kelompok psikodrama yang melibatkan teknik-teknik antara lain bermain peran, pembalikan peran dan penggandaan yang temanya jika melakukan *group therapy* merupakan dari keseluruhan permasalahan didalam kelompok dengan bantuan sutradara. Seseorang yang telah muncul dari warm-up (pemanasan), baik dengan pilihan sendiri atau oleh yang dipilih oleh kelompok dan / atau sutradara, secara perlahan muncul sebagai tokoh sentral dalam kelompok drama, disebut protagonis. Dan juga sutradara mengajak protagonis untuk memilih anggota lain sebagai *Auxilari Ego* untuk memainkan peran dalam dramanya.

- 1) Sutradara (terapis) mempersilahkan protagonis untuk berada ditengah-tengah lingkaran.
 - 2) Sutradara (terapis) mereview cerita yang dihadapi oleh protagonis agar para anggota yang lainnya mengetahui permasalahan yang di hadapi protagonis.
 - 3) Protagonis dipersilahkan menunjuk anggota kelompok yang lain untuk menjadi auxiliary ego (pemeran pembantu) untuk dapat membantu mendramatisir skenario protagonis.
- Protagonis memilih auxiliary ego berdasarkan figur yang ada dalam ceritanya (ex: Ayah, ibu, keluarga, teman sebaya, guru dll)
 - Protagonis (biasanya) memilih auxiliary ego berdasarkan ciri-ciri yang sama yang ada dalam diri figur yang ingin dia tampilkan kedalam ceritanya.

- Protagonis berhak memunculkan figur auxiliary ego di awal, di pertengahan cerita dan di akhir cerita.
- 4) Sutradara (terapis) memilih teknik-teknik psikodrama untuk dapat membuat protagonis memerankan adegannya dengan mengeksplorasi masalahnya.
- Teknik psikodrama yaitu (1) Penyajian peran (2) Teknik Ganda (3) Teknik pembalikan peran (4) Cermin (5) Soliloquy (6) Aside (7) Melantangkan (8) Peneladanan
- Teknik yang digunakan dapat lebih dari satu teknik (sesuai kebutuhan)
- Penting untuk diketahui bahwa dari beberapa teknik tersebut merupakan keterampilan dari seorang sutradara untuk dapat melihat dan menetapkan teknik yang akan digunakan mempunyai efek kepada individu.
- 5) Sutradara (terapis) dapat menanyakan secara langsung kepada protagonis teknik yang ingin digunakan (meminta sendiri) apa yang dapat membantu protagonis pada saat ini.
- 6) Sutradara berhak menunjuk sendiri auxiliary ego agar dapat menjalankan teknik yang akan digunakan.
- 7) Stage action diakhiri ketika protagonis telah mendapatkan insight, katarsis dalam perannya, telah merespon secara spontanitas dan kreatifitas masalah yang dia hadapi atau tidak sanggup lagi memerankan ceritanya.

c. Sharing (Berbagi)

Didalam tahap terakhir ini setiap anggota kelompok, sutradara (terapis), protagonis (pemeran utama), auxiliary ego (pemeran pembantu) dan audience (penonton), diajak untuk berbicara dan membahas terkait perasaan, pengalaman atau apa yang ditimbulkan bagi mereka dengan drama atau peran yang berbeda yang muncul relatif terhadap kehidupan pribadi mereka dengan melalui umpan balik empati dan emosional antar anggota kelompok.

- 1) Terapis mempersilahkan kepada protagonis untuk menceritakan terkait perasaan, pengalaman atau apa yang timbul dari stage action yang telah dia lewati.
- 2) Terapis mempersilahkan kepada anggota lain memberikan respon kepada skenario, yang telah didramatisirkan atau protagonis (namun anggota lain diharapkan memberikan respon yang positif).
- 3) Terapis menanyakan perasaan kepada masing-masing anggota terkait skenario yang telah didramatisirkan.

d. Rolling (Mengulang prosedur stage psikodrama)

Terapis mengulang kembali prosedur stage psikodrama yaitu (a) warm-up, (b) action dan (c) sharing dengan maksud setiap anggota kelompok dapat menjadi protagonis menceritakan masalahnya dan mendramatisirkan permasalahannya.

3. Penutup

- a. Mengakhiri pertemuan kedua yaitu perlakuan sesi 5
- b. Terapis memberikan self-report kepada setiap anggota
- c. Melakukan terminasi dan evaluasi selama terapi telah dilakukan
- d. Terapis dan seluruh anggota meninggalkan tempat pelaksanaan.

PASCA PERLAKUAN

Pada proses ini telah dilakukan terapi psikodrama dengan melewati 5 kali sesi psikodrama. Pertemuan yang ke 7 kalinya yaitu pasca perlakuan yaitu dilakukan pengukuran tingkat harga diri setelah penghentian perlakuan untuk melihat setiap perkembangan dan *long lasting effect* dari anggota setelah sesi terapi psikodrama diakhiri.

Tujuan

Adanya peningkatan harga diri yang dialami oleh setiap anggota kelompok.

DAFTAR PUSATAKA

- Warren, A. M., & Kirk, K. (2011). The stories of looked-after and adopted children and young people: where are dramatherapy and psychodrama in assisting young people who are looked-after or adopted?. *Dramatherapy*, 33(3), 158-169. doi: 10.1080/02630672.2011.621263
- Aryana, M. (2010). Relationship Between Self-esteem and Academic Achievement Amongst Pre-University Student. *Journal of Applied Sciences*, 10(3), 2474-2477.
- Aro, K. S., & Nurmi, J. (2007). Self-esteem during university studies predicts career characteristics 10 years later. *Journal of Vocational Behavior*, 70, 463-477. Doi:10.1016/j.jvb.2007.01.006
- Badaines, Joel. (1977) Psychodrama: Concepts, Principles and Issues, *Dramatherapy*, 1(2), 4-9, Doi: 10.1080/02630672.1977.19689107
- Baron, R. A., Branscombe, N. R., & Byne, D. (2008). *Social Psychology*, 12th edition. USA: Pearson Education, Inc.
- Baruch, G., Barnett, R., & Rivers, C. (1983). *New Patterns Of Love & Work For Today's Woman*. USA: McGraw Hill.
- Dayton, T., & Nicholas, Mary. (2009) Psychodrama in the Psychotherapy Of Adults Who Have Been Raised in Addictive Families. *Eastern Group Psychotherapy Society*. 33(4). 329-345.
- Dillen, L., Siongers, M., Helskens, D., & Verhofstadt-Denève, L. (2009). When Puppets Speak: Dialectical Psychodrama within Developmental Child Psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 22(1), 55-82. doi: 10.1080/10720530802500839
- Duffy, T. K. (1990). Psychodrama in Beginning Recovery. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 7(2), 97-109. doi: 10.1300/j020v07n02_06
- Emler, N. (2001). *Self-esteem: The costs and causes of low self-worth*. Laverthorpe: Joseph Rowntree Foundation
- Farmer, C., & Geller, M. (2006) Psychodrama and Couple Therapy, *Eastern Group Psychotherapy Society*, 30(2). 117-132

- Fong, J. (2007). Psychodrama as a Preventive Measure: Teenage Girls Confronting Violence. *Copyright of Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. 59(3), 99-108. doi: 10.3200/jgpp.59.3.99.108.
- Garcia, A. (2010) Psychodrama: Creative Approaches to Human Growth, *Design For Arts in Education*, 86 (1), 40-42, Doi: 10.1080/07320973.1984.9940881.
- Gozulyilmas, A., & Baran, G. (2011). A study on self-esteem in married adolescents according to pregnancy and education level. *Social and Behavioral Sciences*, 9, 1342-1346.
- Gimenez Hinkle, M. (2008). Psychodrama: A Creative Approach for Addressing Parallel Process in Group Supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3(4), 401-415. doi: 10.1080/15401380802527464
- Gufron, M. N., & Risnawati, S. R (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-rus Medua Group
- Hanana, N. F. (2015). *Skripsi Pengaruh Self-Esteem dan Kecerdasan Emosi Terhadap Perilaku Prosocial Pada Santri Pondok Pesantren Daarul Rahman Jakarta*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Karatas, Z., & Gökçakan, Z. (2009). Effects of Cognitive-Behavioral Group Practices and Psychodrama on Adolescent Aggression. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri / Educational Sciences: Theory & Practice*. 9 (2), 1441-1452.
- King, G. R. (1984). Psychodrama a treatment approach to alcoholism. *British Journal Occupational Therapy*. 46 (7).
- Prawitasari, J. E. (2011) *Psikologi Klinis : Pengantar terapan mikro & makro*. Jakarta : Erlangga
- Scholl, M. B., & Smith-Adcock, S. (2007). Using Psychodrama Techniques to Promote Counselor Identity Development in Group Supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 2(1), 13-33. doi: 10.1300/J456v02n01_03

B. INFORMEND CONCENT

INFORMED CONSENT

Kepada Saudara-saudari

Di tempat.

Saya mahasiswa magister profesi psikologi yang sedang melaksanakan penelitian terkait pengaruh terapi psikodrama terhadap harga diri anak lamban belajar, dengan ini memohon bantuan saudara-saudari untuk bersedia menjadi klien dan atau significant others dalam proses asesmen dan intervensi. Segala hal yang berkaitan dengan permasalahan di dalam individu akan dijaga kerahasiaanya oleh peneliti sehingga tidak ada dampak negatif dari proses ini untuk nama baik.

Proses pelaksanaan asesmen dan intervensi akan memakan waktu beberapa kali pertemuan. Setiap individu akan diminta untuk melaksanakan hal yang sudah disepakati untuk proses asesmen dan intervensi dari awal hingga akhir. Keuntungan yang akan diperoleh yaitu dapat mengetahui lebih mendalam tentang individu yang dikeluhkan dan bagaimana upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasinya secara bersama.

Saudara-saudari berhak menolak keikutsertaan untuk terlibat dalam proses asesmen dan intervensi ini baik sekarang maupun kapan pun, tanpa tuntutan maupun resiko apapun. Saudara-saudari berhak bertanya kapan saja dan mendapat jawaban sejujurnya dari peneliti mengenai pelaksanaan asesmen dan intervensi ini.

Dengan menandatangani lembar ini berarti saudara-saudari telah memahami perihal asesmen dan intervensi ini dan menerima segala hal yang menyangkut pelaksanaanya sebagai klien atau subjek penelitian.

Hormat saya,

Peneliti

(A. Putera Pratama M)

Menyetujui

Klien

()

C. SKALA HARGA DIRI ROSENBERG

Kode Skala
PreTest / PostTest
No.....



MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

SKALA PENELITIAN

PENGARUH TERAPI PSIKODRAMA TERHADAP HARGA DIRI ANAK

Oleh:

**A PUTERA PRATAMA MANGEWA, S.Psi
(201510500211020)**

PETUNJUK UMUM PENGISIAN

1. Jawablah pernyataan yang ada pada skala berikut dengan jawaban apa adanya sesuai dengan yang adik-adik alami atau rasakan.
2. Identitas responden pada skala ini dirahasiakan pada siapapun
3. Kejujuran dan keakuratan jawaban pada skala ini sangat penting dalam menentukan hasil penelitian ini.
4. Setiap orang mempunyai jawaban yang berbeda karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan pendapat dan keadaan diri adik, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

....Silahkan buka lembar selanjutnya....

IDENTITAS

NAMA	:	
USIA	:	
JENIS KELAMIN	:	
KELAS	:	

Petunjuk Pengisian :

Berikan tanda contrenng \checkmark pada kolom pilihan yang tersedia yang menurut anda paling mewakili seberapa baik masing-masing pertanyaan berikut menggambarkan tentang diri anda.

NO	PERNYATAAN	PILIHAN			
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
2	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.				
3	Saya orang yang gagal.				
4	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.				
5	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.				
6	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya				
7	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				

8	Saya berharap saya dapat lebih dihargai.				
9	Saya sering merasa tidak berguna.				
10	Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya tidak baik.				

-----TERIMA KASIH-----

D. DATA PENELITIAN

1. Data Hasil Tryout Data Penelitian Skala Harga Diri

Validitas skala uji coba di SMAS Widya Gama (n= 90)

Hasil uji validitas 10 aitem melalui aplikasi SPSS 20.0 diperoleh hasil sebagai berikut:

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	27,83	14,695	,410	,268	,836
item2	27,83	14,869	,445	,348	,832
item3	27,47	12,456	,787	,919	,797
item4	27,77	13,831	,579	,594	,820
item5	28,04	14,505	,399	,347	,838
item6	27,63	14,092	,557	,608	,823
item7	27,63	13,483	,570	,410	,821
item8	27,40	14,301	,525	,397	,826
item9	27,64	15,016	,312	,207	,845
item10	27,44	12,714	,743	,917	,802

Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa semua item dalam alat ukur *Rosenberg self-esteem scale* berada pada rentang koefisien korelasi aitem-total yang berada antara 0,399 sampai dengan 0,787 dan dikatakan valid karena $> 0,300$.

Reliabilitas skala uji coba di SMAS Widya Gama (n=90)

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan program SPSS diperoleh hasil reliabilitas 0,839 ($> 0,600$) sebagai berikut (N aitem = 10 aitem):

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,839	,836	10

2. Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen dan kontrol

• Analisis Uji Normalitas

Tests of Normality							
	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PreTestEsteem	eksperimen	,200	10	,200*	,930	10	,447
	kontrol	,127	10	,200*	,976	10	,937

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Pengambilan keputusan :

- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka kelompok berdistribusi normal
- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka kelompok tidak berdistribusi normal

Hasil :

- Kelompok eksperimen $P = 0.447 > 0,05$, maka kelompok berdistribusi normal
- Kelompok kontrol $P = 0.937 > 0,05$, maka kelompok berdistribusi normal

• Analisis Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

PreTestEsteem

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,893	1	18	,186

Pengambilan keputusan :

- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka data diambil dari sample yang homogen
- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka data diambil dari sample yang tidak homogen

Hasil :

- Karena $P = 0.186 > 0,05$ maka data dari sample homogen

• Analisis Harga Diri Anak Lamban Belajar Pada Kelompok Eksperimen

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 EksPreEsteem	19,00	10	2,309	,730
EksPosEsteem	31,70	10	2,163	,684

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 EksPreEsteem & EksPosEsteem	10	-,156	,668

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			

Pair 1	EksPre - EksPos	-12,700	3,401	1,075	-15,133	-10,267	-11,809	9	,000
--------	-----------------------	---------	-------	-------	---------	---------	---------	---	------

Pengambilan keputusan :

- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan antara X dan Y
- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara X dan Y

Hasil :

$P = 0.000 < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri anak lamban belajar sebelum terapi psikodrama dilakukan dan setelah terapi psikodrama dilakukan pada kelompok eksperimen

- Analisis Harga Diri Anak Lamban Belajar Pada Kelompok Kontrol**

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	KonPreEsteem	22,00	10	4,472	1,414
	KonPosEsteem	22,00	10	4,876	1,542

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	KonPreEsteem & KonPosEsteem	10	,759	,011

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	KonPre - KonPos	0,000	3,266	1,033	-2,336	2,336	,000	9	1,000

Pengambilan keputusan :

- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan antara X dan Y
- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara X dan Y

Hasil :

$P = 1.000 > 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri anak lamban belajar pre dan post pada kelompok kontrol

- **Analisis Harga Diri Anak Lamban Belajar Pada Perbedaan Jenis Kelamin**

- **Jenis kelamin Laki-laki (n=5)**

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	EksPreLaki	17,40	5	2,074	,927
	EksPosLaki	32,80	5	1,643	,735

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	EksPreLaki - EksPosLaki	-15,400	1,673	,748	-17,478	-13,322	-20,579	4	,000

- **Jenis kelamin Perempuan (n=5)**

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	EksPrePerempuan	20,60	5	1,140	,510
	EksPosPerempuan	30,60	5	2,191	,980

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2- tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	EksPrePerempuan - EksPosPerempuan	-10,000	2,236	1,000	-12,776	-7,224	-10,000	4	,001

- **Hasil Analisis Uji Hipotesis Data Kelompok Eksperimen Dan Kontrol**

Independent Samples Test

		PostTestEsteem	
		Equal variances assumed	Equal variances not assumed
Levene's Test for Equality of Variances	F	4,441	
	Sig.	,049	
t-test for Equality of Means	t	5,750	5,750
	df	18	12,409
	Sig. (2-tailed)	,000	,000
	Mean Difference	9,700	9,700
	Std. Error Difference	1,687	1,687
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower Upper	6,156 6,038 13,244 13,362

Pengambilan Keputusan Uji Hipotesis :

- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen dan kontrol
- Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen dan kontrol

Hasil :

$P = 0,000 < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri anak lamban belajar kelompok eksperimen dan kontrol

E. DATA HASIL DEMOGRAFI KELOMPOK

Kelompok Eksperimen

No	Nama	Usia	L / P	Self-esteem (PreTest)	Self-esteem (PosTest)	IQ
1	Parman	17	L	19 (r)	34 (t)	83 (la)
2	Andi Ramadhan Dwitama	17	L	15 (r)	31 (t)	88 (la)
3	Muh Fajar Asrianto	16	L	17 (r)	31 (t)	80 (la)
4	Arpan Pabetta	16	L	20 (r)	34 (t)	88 (la)
5	Huzein Kasman	16	L	16 (r)	34 (t)	81 (la)
6	Nur Aliah Syam	15	P	21 (s)	28 (s)	89 (la)
7	Uswatun Hasanah S	15	P	19 (r)	30 (s)	89 (la)
8	Poppy Patrisia	16	P	22 (s)	31 (t)	81 (la)

9	Aulia Adriyanti	16	P	20 (r)	30 (s)	89 (la)
10	Ridha Mutmainna	15	P	21 (s)	34 (t)	80 (la)

NB : (r = Rendah), (s = Sedang), (t = Tinggi) dan (la = Low Average)

Kelompok Kontrol

No	Nama	Usia	L / P	Self-esteem (PreTest)	Self-esteem (PosTest)	IQ
1	Muslimin	16	L	20 (r)	19 (r)	80 (la)
2	Tirsya Kalia Alfaresih	16	P	23 (s)	23 (s)	85 (la)
3	Muhammad Al Fajrin A	15	L	31 (t)	27 (s)	80 (la)
4	Muhammad Rifki S.A	16	L	22 (s)	18 (r)	88 (la)
5	Dicky Yusri	17	L	15 (r)	13 (r)	88 (la)
6	Natasya Zalsabilah	15	P	26 (s)	24 (s)	86 (la)
7	Inhaya Wulandari	15	P	19 (r)	20 (r)	89 (la)
8	Jihan Azizah Eka Pratiwi	15	P	22 (s)	25 (s)	85 (la)
9	Gabriel Christian M	15	L	24 (s)	30 (s)	83 (la)
10	Fadiyah Ishak	17	P	18 (r)	21 (s)	89 (la)

NB : (r = Rendah), (s = Sedang), (t = Tinggi) dan (la = Low Average)

F. LAPORAN KEGIATAN PELAKSANAAN SMA YP PGRI 3 MAKASSAR

NO	SESI	HARI / WAKTU	KEGIATAN	LAPORAN
1	Pra Pelaksanaan	Senin, 05 maret 2018 / 07.30 – 12.00	<ul style="list-style-type: none"> - Perkenalan Diri - Menjelaskan Tujuan - Memberikan tes intelegensi CFIT skala 3A - Memberikan skala harga diri - Ice Breaking - Mengisi <i>informed Consent</i> - Mengisi Riwayat Hidup 	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa kelas X dan XI (30 siswa) dikumpulkan dalam satu kelas untuk di screening menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol - Peneliti pertama-tama memperkenalkan dirinya dan menjelaskan maksud tujuan mengumpulkan siswa-siswi (didampingi guru BK) - Peneliti memberikan berkas-berkas yang akan di isi oleh siswa-siswi yaitu <ol style="list-style-type: none"> 1. Riwayat Hidup 2. Tes intelegensi CFIT Skala 3a

			<ul style="list-style-type: none"> - Pengenalan Terapi Psikodrama - Penutup 	<p>3. Skala harga diri</p> <p>4. Informed consent</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dikarenakan siswa-siswi terlihat jenuh maka peneliti memberikan ice breaking yaitu game tepuk satu-tepuk sapu dan game jari angka - Peneliti menjelaskan nantinya siswa-siswi akan terbagi menjadi dua kelompok, kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dimana kelompok eksperimen diberikan terapi psikodrama selama 5x sesi pertemuan. - Peneliti memberikan penjelasan terkait terapi psikodrama guna menambah daya tarik siswa-siswi untuk mengikuti program eksperimen. <p>Pertanyaan yang muncul :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa bertanya apakah mereka dikumpulkan dikarenakan sakit jiwa (gila) atau sering bermasalah disekolahnya ? 2. Kenapa tidak semua murid diberikan terapi psikodrama ?
2	Sesi 1 Perlakuan	Selasa, 06 maret 2018 / 10.00 – 12.00	Pembukaan <ul style="list-style-type: none"> - Ice Breaking - Penjelasan Sesi 1 	<ul style="list-style-type: none"> - 10 Siswa-siswi (5 laki-laki dan 5 perempuan) dikumpulkan didalam kelas yang menjadi kelompok eksperimen - Peneliti memberikan penjelasan kepada seluruh subjek mengapa mereka menjadi kelompok eksperimen, disebabkan ada

			<p>beberapa siswa yang bertanya-tanya kenapa hanya mereka yang dikumpulkan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peneliti meminta kesediaan kesepuluh subjek untuk dapat mengikuti proses terapi dan terlihat kesepuluh subjek mempunyai antusias yang besar untuk dapat mengikuti terapi psikodrama. - Dalam pemberian edukasi terkait terapi psikodrama seluruh subjek terlihat kebingungan dan beberapa siswa mengatakan akan mengerti jika langsung dipraktekkan.
		<p>Warm-up (Pemanasan)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Peneliti membuka tahap warm-up dengan mengajak seluruh subjek untuk bermain game peran, yang dimana botol yang diputar ditengah lingkaran dan yang tertunjuk botol memerankan peran yang dia tidak sukai dalam kehidupannya. <p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ada satu siswa HZ yang memerankan sebagai bapaknya yang dimana dia pernah ditendang oleh bapaknya didepan rumahnya sehingga ia memerankan bapaknya waktu menendang dan memukul dirinya dan dari kejadian itu terulang oleh gurunya yang dimana dia juga di seret oleh gurunya didepan sekolah dan dilihat oleh teman-temannya. - terbentuknya satu skenario dan protagonis <p>a. Skenario : HZ yang sering dipukul oleh bapaknya dan pernah dipermalukan oleh gurunya.</p>

			<p>b. Protagonis : HZ (laki-laki)</p> <p><u>Skenario 2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - AU adalah siswi perempuan yang dimana mengajukan dirinya untuk membagi ceritanya kepada teman-temannya dikarenakan dari skenario 1 HZ dia ingin terbuka kepada teman-temannya - AU bercerita mengenai kedua orang tuanya yang hampir ceria dan sering bertengkar dirumah. Bapak AU ketika marah kepada ibunya ia melampiaskan amarahnya kepada AU (AU bercerita sambil menangis). Dari keterangan teman kelas AU dia lebih banyak menyendiri dan main dengan hpnya terus sehingga teman-temannya merasa sulit untuk di ajak berteman. <p>a. Skenario : Orang tua AU yang sering bertengkar dan bapaknya yang kadang melampiaskan emosinya kepada AU</p> <p>b. Protagonis : AU (perempuan)</p>
		<p>Action (Tindakan)</p>	<p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - HZ bercerita mengenai dia suka bolos sekolah karena tidak menyukai gurunya dan jarang pulang kerumahnya karena tidak menyukai situasi dirumahnya sehingga waktu siang hingga malam dia bekerja di pasar senggol. - Terapis meminta HZ untuk memilih auxiliary ego (pemeran pembantu) dimana tujuan terapis adalah untuk menghadirkan

		<p>sosok bapaknya, sosok ibunya dan sosok gurunya</p> <p>- Auxiliary ego : Bapak = PM, Ibu = AU, Guru = FJ</p> <p>- Teknik : Role Presentation, Role reversal, Amplifying</p> <p>- end action : HZ berkali-kali berganti peran sebagai ayahnya dan berperan juga sebagai guru yang menghukumnya dan HZ awalnya tidak berani mengatakan kesalahan yang dia perbuat dan lebih banyak melarikan diri dari masalahnya hingga auxiliary ego membantu mengatakan bahwa yang dia lakukan itu HZ itu salah dan skenario berakhir ketika HZ hanya diam dan tidak bisa melanjutkan perannya lagi.</p> <p><u>Skenario 2</u></p> <p>- AU bercerita bahwa ia tidak terima bapaknya selalu memarahi ibunya dan ingin kabur dari rumah dan tidak ingin sekolah lagi karena orang tuanya sering bertengkar</p> <p>- AU mengatakan kadang jika berada dikamar dia sering mendengar orang tua bertengkar diruang tamu dan jika AU keluar dari kamar ia langsung di marahi oleh bapaknya karena selalu membantah bapaknya.</p> <p>- Auxiliary ego : Bapak = HZ, Ibu = PP</p> <p>- Teknik : Role presentation, Soliloquy, Role reversal, Aside</p>
--	--	--

			<p>- end action : AU diberikan teknik role reversal yaitu AU memerankan peran ibunya dan berusaha untuk mengungkap isi hatinya ketika berada di posisi ibu yang sering bertengkar kepada bapaknya.</p> <p>AU mengakhiri skenarionya dengan melantangkan perasaannya kepada bapaknya dimana ia menangis dan berbicara jujur mengatakan perasaannya kepada bapak ibunya bahwa “saya ingin bapak ibu rukun, tidak bertengkar karena saya sayang sama bapak sama ibu”</p>
	<p>Sharing (Berbagi)</p>		<p><u>Skenario 1</u></p> <p>- AU menanggapi skenario dari HZ dimana dia juga pernah merasakan apa yang dia rasakan HZ yaitu dipukuli oleh bapaknya tapi reaksi AU berbeda, sehingga AU mengajukan dirinya untuk menjadi protagonis selanjutnya.</p> <p><u>Skenario 2</u></p> <p>- Anggota yang lain bersimpati kepada cerita AU dan beberapa anggota mengatakan ingin menjadi teman yang akrab dengan AU.</p>
		<p>Pencapaian Tujuan : Beberapa subjek mampu mencapai aspek harga diri area competence dan beberapa sudah ada yang berhasil dalam area virtue.</p>	

			<ul style="list-style-type: none"> - Beberapa subjek sudah mampu menceritakan dan berbagi masalahnya dengan orang. Mampu menumbuhkan tingkah laku patuh aturan, moral dan prinsip-prinsip - Beberapa subjek di sesi awal sudah mampu menumbuhkan kepudlian terhadap anggota kelompok yang lain 	
3	Sesi 2 Perlakuan	Sabtu, 10 maret 2018 / 10.00 – 12.00	Warm-up (Pemanasan)	<ul style="list-style-type: none"> - Terapis menunjuk AR untuk bercerita mengenai kehidupannya dikarenakan rekomendasi dari guru AR banyak berbuat masalah disekolah. - AR dengan jujur bercerita mengenai dirinya yang dulu suka mencuri (begal) dan menggunakan narkoba berupa ganja dan obat-obatan. - AR suka mencuri karena untuk uang jajannya dan bersenang-senang dengan temannya <p>a. skenario : AR yang suka mencuri dan memakai narkoba</p> <p>b. protagonis : AR (laki-laki)</p>
			Action (Tindakan)	<ul style="list-style-type: none"> - AR mengatakan ingin jujur kepada teman-teman kelompoknya karena menurutnya dia sudah ingin berubah tapi beberapa temannya masih menanggap dia masih sering mencuri dan memakai. - AR dulunya makai karena coba-coba dan dipanggil oleh teman-teman dekat rumahnya sehingga waktu uangnya habis beli narkoba AR dan teman-temannya mencuri (begal) motor yang lewat atau mencari mangsanya.

			<ul style="list-style-type: none"> - AR memerankan adegannya waktu mencuri dan dia merasa itu tidak bersalah karena dia butuh uang - AR juga memerankan adegannya waktu dia pertama kali memakai narkoba dan waktu ngumpul-ngumpul dengan temannya sementara minum dan makai. - Auxiliary ego : Wanita yang dicuri = AL, teman 1 = PR, teman 2 = FA - Teknik : Role reversal, mirror, modeling - End action : AR menyadari semua yang dia lakukan itu salah dan selalu mengatakan ketika dia memerankan perannya yaitu “itu dulu, tidak mi sekarang”. AR juga mengatakan bahwa perbuatan yang dilakukan pasti ada karmanya. AR saat ini hanya ingin sekolah baik-baik dan berteman dengan orang yang baik-baik.
	<p>Sharing (Berbagi)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Pada tahap sharing beberapa teman kelas AR yaitu FA sudah mengetahui bahwa dia begal dan makai tapi beberapa bulan ini FA mengatakan bahwa AR sudah rajin masuk sekolah. - AL yang memerankan wanita yang dicuri oleh AR mengatakan bahwa AR harus berubah supaya mempunyai banyak teman disekolahnya dan membantu mengerjakan Prnya.
		<p>Pencapaian Tujuan : Beberapa subjek mampu mencapai aspek harga diri area power dan area significance.</p>	

			<ul style="list-style-type: none"> - Beberapa subjek setelah bercerita mengenai kisahny mampu membuat dirinya mempenharuhi aksinya kepada orang lain. - Keseluruh subjek penelitian sudah saling menumbuhkan perasaan yang berarti sesama anggota kelompok.
4	Sesi 3 Perlakuan	Senin, 12 maret 2018 / 07.30 – 10.00	<p>Warm-up (Pemanasan)</p> <p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - RM merupakan siswi perempuan. RM seketika terdiam sewaktu peneliti membacakan riwayat hidupnya mengenai biodata bapak yang tidak diisi. Dari cerita RM ayahnya sudah meninggal ditahun kemarin setelah RM pertama kali masuk ke sekolah. Hal itu membuat RM sangat putus asa karena bapak RM berjanji dulunya hari pertama masuk ingin mengantarnya ke sekolah. - RM yang saat ini tinggal bersama ke enam kakaknya merasa ada perubahan dalam keluarganya sejak ayahnya meninggal, dia semakin sering dimarahi oleh kakaknya, kakaknya tidak mengizinkan RM keluar setelah magrib. Sehingga RM sangat tidak menyukai semua kakaknya dan merasa diperlakukan berbeda dengan yang lainnya. <p>a. Skenario : RM kehilangan sosok ayah dan kakak yang mengengak RM sehingga merasa dirinya berbeda dengan anak yang lain.</p> <p>b. Protagonis : RM (perempuan)</p> <p><u>Skenario 2</u></p>

			<p>Bapak ibu yang terlalu mengekang anaknya dan tidak ada perhatian dari orang tua</p> <ul style="list-style-type: none"> - FA merupakan siswa laki-laki. FA bercerita mengenai orang tuanya yang tidak memperdulikannya. FA hanya diberikan uang setiap harinya dan tidak pernah ditanyakan soal dirinya. - Orang tua FA kedua-dua bekerja, hingga pagi dan terkadang pulang malam sehingga yang mengasuhnya adalah neneknya. <p>a. Skenario : FA anak yang broken home</p> <p>b. Protagonis : FA (laki-laki)</p>
			<p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - RM menceritakan didepan teman-temannya bahwa dia merasa dirinya tidak beruntung seperti teman-teman yang lainnya. - RM sangat tidak menyukai kakaknya yang sering mengaturnya-ngaturnya dan

		<p>beberapa kejadian kata RM hampir dipukuli oleh kakaknya</p> <ul style="list-style-type: none"> - RM merasa dirinya tidak di sayang lagi karena bapaknya meninggal sehingga tidak ada yang mendukungnya. - Auxiliary ego : Kakak 1 = HZ, Kakak 2 = AR, Kakak 3 = US, Ibu = AU - Teknik : Role presentation, role reversal, modeling - end action : RM ketika melakukan role reversal (pembalikan peran) kepada kakaknya yang sering mengaturnya, mempunyai pikiran yang sama yaitu tidak ingin adek perempuannya terjadi kenapa-kenapa. RM terdiam dan menangis ketika temannya US yang berperan sebagai Kakak 3 mengatakan bahwa menjadi kakak itu berat harus menjaga adik-adiknya dikarenakan juga bapak yang sudah meninggal sehingga kakak harus bertanggung jawab kepada adik-adiknya. <p><u>Skenario 2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - FA kesehariannya hanya main di warnet atau dirumah temannya, sehingga ketika pulang sekolah dia tidak langsung pulang kerumahnya. - FA mengatakan bolos adalah hal yang wajib karena sekolah tidak terlalu penting buat dirinya - Auxiliary ego : Bapak = HZ dan Ibu = US
--	--	--

			<p>- Teknik : Aside, solilqu</p> <p>- end action : FA tidak bisa berbicara lebih jauh mengenai bapak dan ibunya karena dia sudah menanggap bahwa orang tuanya bukan siapa-siapa mereka. Peneliti menggunakan teknik aside (protagonis melantangkan perasaan) yang dimana membiarkan FA bercerita didepan teman-temannya mengenai perasaannya terhadap orang tuanya. Action dihentikan ketika FA sudah tidak ingin melanjutkan ceritanya dan sudah berterima kasih kepada teman-temannya karena ingin mendengarkan cerita.</p>
		<p>Sharing</p> <p>(Berbagi)</p>	<p><u>Skenario 1</u></p> <p>- US memberikan tanggapan kepada skenario yang diperankan oleh RM yaitu sudah sewajarnya kakak seperti itu dan kakak yang baik itu ingin melindungi adik-adiknya</p> <p><u>Skenario 2</u></p> <p>- FA berbagi pengalamannya sendiri setelah berbicara didepan teman-temannya bahwa dia mulai merasa dirinya berharga mempunyai teman-teman yang ingin mendengarkan ceritanya.</p>
		<p>Pencapaian Tujuan : Subjek mampu mencapai aspek harga diri area defense.</p> <p>- Dari skenario yang diceritakan mereka sudah tidak lagi terlalu cemas menghadapi situasi sosialnya, beberapa anggota sudah dapat berpikir terbuka dalam menghadapi masalahnya.</p>	

			- Mereka sudah mampu mengevaluasi dirinya sendiri dari cerita yang dia lakukan pada tahap action.	
5	Sesi 4 Perlakuan	Rabu, 14 maret 2018 / 10.00 – 12.00	Warm-up (Pemanasan)	<p><u>Skenario 1</u></p> <p>Korban bullying akibat dari smp terkenal hingga masuk ke sekolah yang sekarang dan mendapat perlakuan dari teman-teman yang tidak menyenangkan</p> <ul style="list-style-type: none"> - PP merupakan siswi perempuan. PP terkenal pintar dikelasnya tapi karena kepintarannya itu dia sering mendapat perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman-temannya. - Dari cerita PP dia awalnya tidak ingin masuk ke sekolah saat ini karena dulu smpnya adalah sekolah yang bergengsi di kota makassar, sehingga ketika PP tidak berniat meminjamkan prnya kepada temannya PP selalu di ungkit anak yang sombong dan tidak solid. - PP pernah di lempari air sewaktu berada di lantai 1 gedung sekolah oleh teman sekelasnya sendiri. <p>a. Skenario : PP yang sering dikerjai oleh teman kelasnya</p> <p>b. Protagonis : PP (perempun)</p>
			Action (Tindakan)	<p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - PP merasa dirinya tidak senang dengan teman kelasnya, dia merasa dirinya tidak di hargai oleh temena-teman kelasnya.

		<p>- PP sangat ingin mempunyai teman yang bisa membantunya jika dia dikerjai oleh temannya. Saat ini dia lebih sering duduk dibelakang dibandingkan dulu sebelum diganggu oleh temannya dia senang duduk dibangku depan</p> <p>- Auxiliary ego : Teman jahil 1 = AU, teman jahil 2 = NA, teman baik = US</p> <p>- Teknik : Modeling, Amplifying</p> <p>- end action : Ketika melakukan modeling dan Amplifying (Pemeran pembantu melantang perasaan) teman baik mempragakan mensuport PP dari belakang untuk tidak di jahili dan mengajarkan PP untuk melawan balik kepada teman yang menjahilinya. PP akhirnya tersadar bahwa jika ingin mendapatkan teman yang baik yaitu harus terbuka kepada mereka.</p>
	<p>Sharing (Berbagi)</p>	<p>Skenario 1</p> <p>- Seluruh anggota kelompok satu persatu mengatakan ingin menjadi temannya PP dan membantu melawan orang-orang yang mengerjai PP.</p>
		<p>Pencapaian Tujuan : Seluruh subjek mampu mencapai aspek harga diri area values (nilai-nilai)</p> <p>- Dalam skenario yang diperankan oleh protagonis semua mempunyai empati sesama teman sebayanya atau sesama anggota kelompok yang lain. Mampu mencapai nilai-nilai dari teman sebaya dan orang sekitarnya.</p> <p>- Mereka juga dapat menerima masukan-masukan dari anggota kelompok yang lain.</p>

6				
	Sesi 5 Perlakuan	Jumat, 16 maret 2018 / 07.30 – 11.00	Warm-up (Pemanasan)	<p><u>Skenario 1</u></p> <p>Dikarenakan bapaknya guru disekolahnya sehingga dia di jauhi oleh teman-temannya dan sering di cerita belakang</p> <ul style="list-style-type: none"> - US merupakan siswi perempuan. US bercerita teman-temannya sering mengejeknya dengan mengatakan istilah “pa jamma” dalam arti suka mengadu kepada guru jika temannya buat sesuatu. US merupakan anak dari seorang guru disekolahnya sehingga kerap kali US merasa dia kurang mempunyai teman karena bapaknya seorang guru. - US mengatakan ada satu murid yang sangat tidak dia sukai dan sering mengadu domba US dengan teman-teman yang lainnya. - US sering merasa dirinya tidak berguna karena selalu dibanding-banding dengan bapaknya yang dimana jika dia mendapatkan nilai tinggi pasti di sangkut pautkan dengan peran bapaknya sebagai guru. <p>a. skenario : US yang tidak dihargai oleh teman-temannya akibat bapaknya seorang guru disekolahnya</p> <p>b. protagonis : US (perempuan)</p>
			Action (Tindakan)	<p><u>Skenario 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - US ingin menghadirkan sosok temannya yang suka berperasangka buruk tentangnya.

		<p>- US ingin membuktikan kepada temannya bahwa apa yang dia hasilkan bukan karena bapaknya yang sebagai guru sehingga dia ingin berani mengungkapkan perasaannya terhadap teman-temannya.</p> <p>- auxiliary ego : Teman berprasangka buruk 1 = AU, teman berprasangka buruk 2 = HZ</p> <p>- Teknik : Solilquy dan Aside</p> <p>- end action : Peneliti mempersilahkan US untuk mengungkapkan apa yang ingin dia katakan didepan teman-temannya dengan menggunakan teknik solilquy (asosiasi bebas) dan aside (melantangkan perasaannya). US berteriak sangat keras mengatakan “saya ingin dihargai oleh kalian”</p>
	Sharing (Berbagi)	<p>Skenario 1</p> <p>- AU memberikan tanggapan terkait perasaan US dengan mengatakan bahwa US hanya berpikir negatif kepada teman-temannya tapi sebenarnya temannya itu tidak pernah menanggapi US anak yang seperti itu.</p>
		<p>Pencapaian Tujuan : Di akhir sesi seluruh subjek mampu mencapai aspek harga diri aspiration (aspirasi).</p> <p>- AU yang mampu mengungkap perasaannya kepada temannya dan membuat pola pikir yang baru terhadap teman-temannya</p> <p>- Beberapa subjek juga mampu menerima kenyataan bahwa apa yang dia pikirkan tentang dirinya tidak selama salah dan tidak selamanya benar.</p>

7	Pasca Perlakuan	Senin, 19 maret 2018 / 07.00 – 12.00	<ul style="list-style-type: none"> - Terminasi - Mengisi skala post test harga diri - Evaluasi - Penutup dan perpisahan
---	--------------------	---	---



G. DOKUMENTASI

1. Pra Pelaksanaan



2. Perlakuan





3. Pasca Perlakuan



Tesis (A.Putera)1

ORIGINALITY REPORT

0%

SIMILARITY INDEX

0%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

Exclude quotes

Off

Exclude matches

< 3%

Exclude bibliography

On

